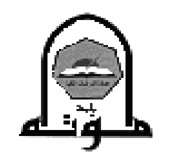


جامعة مؤتة
عمادة الدراسات العليا

بناء مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية

إعداد الطالبة
أمل محمود الطراونه

إشراف
الدكتور أحمد جبريل المطارنة

رسالة مقدمة إلـى عمـادة الدراسات العليـا
استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير
فـي القيـاس والتقويـم قسـم علـم النفـس

جامعة مؤتة، 2013

الإهداء

إلى من بلغ الرسالة، وأدى الأمانة، ونصح الأمة، إلى نبي الرحمة ونور العالمين سيدنا محمد صلى ا عليه وسلم

إلى من كلله ا بالهيبة والوقار، إلى من علمني العطاء بدون انتظار، إلى من احمل اسمه بكل افتخار، أرجو من ا ان يرحمه ويغفر له، إلى... والدي العزيز

إلى من نذرت عمرها في اداء رسالة صنعتها من أوراق الصبر وطرزتها في ظلام الدهر على سراج الامل بلا فتور أو كلل، إلى... أمي الحبيبة

إلى من علمني أن الأعمال الكبيرة لا تتم إلا بالصبر والعزيمة والإصرار إلى أخي العزيز... د. محمد

إلى القلوب الطاهرة الرقيقة والنفوس البريئة، إلى رياحين حياتي ...أخواني وأخواتي

إلى هذا الصرح العلمي الغني والجبار، إلى ....جامعة مؤتة

إلى كل من وقف إلى جانبي وساندني

اليهم جميعاً اهدي هذا العمل المتواضع

أمل محمود الطراونة

الشكر والتقدير

الحمد رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سـيدنا محمد، وعلى اله وصحبة اجمعين، فبعد ان من ا علّي بإتمام هذه الرسالة، يسرني بان أتقدم بالشكر والتقدير إلى أستاذي الفاضل الدكتور أحمد جبريل المطارنة، الذي أشرف على هذه الرسالة، والذي لم يدخر جهداً في توجيهي، ولم يبخل علّي بنصيحة أو إرشاد، حيث كان لرأيه السديد، وتشجيعه المتواصل الاثر البالغ في اخراج هذه الرسـالة إلـى حيز الوجود، فله خير الجزاء.

كما اتقدم بالشكر الجزيل إلى أساتذتي الكرام أعضاء لجنة المناقشة الموقرة، الذين شرفوني بقبول مناقشة هذه الرسالة.

كما أتقدم بالشكر الجزيل للدكتور احمد عبدا الطراونه، الذي لم يبخل بنصيحة أو إرشاد أو توجيه لانجاز هذا العمل، فله خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لجميع الاساتذة الافاضل محكمين مقياس هذه الدراسـة، وأتقدم بالشكر والتقدير لعينة الدراسة لما بذلوه من جهد ووقت.

جزى ا الجميع خير الجزاء.

امل محمود الطراونة

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

الرقم	عنوانه	الصفحة

قائمة الملاحق

الملخص

بناء مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية

امل محمود الطراونة

جامعة مؤتة، 2103

هدفت الدراسة الحالية إلى بناء مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية، ولتحقيق هذه الدراسة طبق المقياس على عينة تكونت من (714) طالباً وطالبة. وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى تمتع المقياس بمؤشرات ثبات جيدة نسبيا، حيث بلغ تقدير معامل ثبات الإعادة (0.80) عند تطبيقه على عينة تكونت من (40) طالبا وطالبة، كما بلغ تقدير معامل الثبات الاتساق الداخلي كرونباخ الفا (0.89). وايضاً فقد أشارت النتائج إلى تمتع المقياس بمؤشرات صدق المحتوى وصدق محكي تلازمي بلغ (0.73)، وصدق تمييزي مرتفع. وقد أشارت نتائج الصدق العاملي إلى تشبع فقرات المقياس على ستة عوامل وفسرت ما نسبته (58.903%) من التباين المفسر.كما اظهرت نتائج تحليل التباين الثنائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.01$) تعزى للنوع الاجتماعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية للتفاعل بين النوع الاجتماعي والكلية. واشارت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية ($\alpha \leq 0.01$) في قلق المستقبل تعزى للكلية و لصالح الكليات العلمية على حساب الكليات الإنسانية. تم اشتقاق معايير الأداء على المقياس بتحويل الدرجات الخام على المقياس إلى درجات معيارية، ودرجات تائية، وقد خرجت الدراسة بعدة توصيات، من ابرزها اعادة تطبيق المقياس على عينة من طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية والخاصة .

Abstract

Construction of Future Anxiety Scale For Jordanian Government Universities Students

Amal Mahmoud Al tarawneh
Mu'tah University , 2014

This study aimed to construct a new scale of future anxiety for government universities students in Jordan . This scale was applied to a sample of (714) students. The results of this study have indicated that the test showed a relatively good stability , and the stability reliability coefficient (0.80) when applied to a sample of (40) students . Moreover , the reliability coefficient to the concept of internal consistency , using Cronbach's alpha equation , yielded (0.89) With regard to validity , the results have indicated that the scale as a whole has indicators of content validity , concurrent criterion-related validity (0.73) , also it have high discriminant validity . The results of factor analysis have pointed out the items loading on six factors, explaining a ratio of (58.903%) .
The performance norms criteria were derived on the scale by converting the raw scores to standard score .

الفصل الأول
خلفية الدراسة وأهميتها

1.1 المقدمة

يُعد المستقبل الأمل الذي يعيش الإنسان من أجله، ولولا الأمل ما كان لحياة الإنسان معنى لأن الأشخاص الذين يشعرون بالرضا والسعادة يكون إدراكهم للمستقبل أكثر صحة وتفاؤلاً، في حين الأشخاص الذين يشعرون بعدم الرضا يكون إدراكهم للمستقبل أكثر قلقاً وتشاؤماً.

ومما لا شك فيه، أن التفكير والخوف من المستقبل من الأمور التي أصبحت لا ترتبط بفئة عمرية محددة، بل أصبح التفكير في المستقبل والتنبؤ به من الأمور التي تهم جميع الفئات العمرية في شتى المجتمعات والشعوب، والتي تحاول أن تجد لنفسها موضع على الخريطة العالمية والدولية (فراج، 2006).

وينظر الفرد إلى المستقبل بتفاؤل وأمل أو ربما بتشاؤم وانزعاج، حيث يمكن التعرض لهما بشكل متزامن، فإذا كأن الجانب السلبي هو الغالب على الواقع سيؤدي ذلك بالفرد إلى الشعور بالقلق بشأن المستقبل، أما أذا كأن الجانب الايجابي هو الأعلى على الفرد، عندها سيؤدي إلى شعور الفرد بالرضا والتفاؤل والجد والنشاط (Zaleski, 1996).

ويعد القلق ظاهرة من الظواهر المميزة للقرن الحادي والعشرين، وذلك نتيجة لما يحدث للإنسان من ضغوطات في شتى مناحي الحياة بسبب المطالب والتغيرات في عصر السرعة والمال، لذلك فأن القلق يعد السمة المميزة لهذا العصر(كتاني، 2007).

كما أن الإنسان بطبيعته دائم التأمل بالمستقبل مما يعطيه شعور بالقلق من كثير من الأشياء الممكن مواجهتها في المستقبل، فنجد أن كل أنواع القلق لها بعد زمني قصير ومحدود نسبيا ويستمر لفترة زمنية محدودة، وأما قلق المستقبل يكون بعيد المدى (Zaleski,1996).

والشعور بالقلق شيء طبيعي، وهو إحساس وتفاعل مقبول ومتوقع تحت ظرف معين قد يكون القلق مساعد على النشاط وحفظ الحياة، وقد يتحول القلق إلى مشكلة نفسية للفرد حيث يصبح خوف وتوتر دون ظهور سبب واضح لحدوثه.مما يعيق قدراته على التكيف والأداء والتفاعل في المجتمع. ومن هنا تعد مرحلة الشباب فترة مهمة، حيث تتشكل الأزمات النفسية وتسودها المعاناة كالإحباط والقلق. وقد يعاني فيها الإفراد من صعوبات التوافق بسبب ما يتعرضون له الشباب في الأسرة والمجتمع من خبرات مؤلمة وضغوط نفسية(الحسيني،2011).

وقلق المستقبل عند الشباب ينتج بسبب عدة عوامل ومسببات فسيطرة الجانب المادي على القيم الأخلاقية والروحية بين الناس، وكثرة التغيرات في العمل والدراسة والمتطلبات الكثيرة والتهديد بفقدانها لما يحدث من ظروف سياسية واقتصادية وانعكاسها على المجتمع، وخاصة فئة الشباب، مما يزيد نسبة الأفراد المصابين بالقلق من المستقبل وليس لديهم القدرة على التكيف ومواجهة الصعاب(النابلسي، 1999).

ويظهر قلق المستقبل بوضوح عند الشباب أكثر من غيرها من الفئات ، كونها مرحلة انتقالية من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس، وتحمل المسؤولية وما يصاحبه من البحث عن وظيفة وزواج وتأمين متطلبات الحياة ، فقد ينجح الشباب في الحصول على هذه المتطلبات فيصبح فرداً يتمتع بصحة نفسية متزنة، أما عندما يفشل بالحصول على تلك المتطلبات ترتفع لديه نسبة القلق من المستقبل(الحسيني،2011).

وتعد البطالة وعدم الحصول على عمل مناسبا أحـد الـدواعي الأساسـية لقلـق المستقبل بين الشباب والقلق من فقدان مصدر العيش، وعدم الحـصول علـى وسـيلة لإشباع الحاجات الأساسية، حيث تولد لديهم الشعور الدائم بالقلق ومما يواجهونـه فـي المستقبل (حميدة، 2011).

ويشكل قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة حقيقة واضحة المعالم في مجتمع ملـيء بالمتغيرات وبعوامل مثيرة و كثيرة تؤدي تفاعلاتها الاجتماعية والاقتصادية والـصحية والبيئية إلى اثار تنعكس على الكثير من سلوكيات الفرد، مما سـبق يتـضح أن هـذه

المشكلة تشكل معاناة للفرد والمجتمع ككل، وأصبح عدم الوثوق بالمستقبل من الـسمات النفسية لدى الإنسان، وخاصة لدى فئة الشباب وتعد شريحة الطلبة الجامعيين جزء من هذا المجتمع الذي لم يسلم من هذا الاضطراب النفسي الذي اسمه القلق، بسبب الكثيـر من الأوضاع والظروف الراهنة، فيشعر الطالب الجامعي بالقلق حول مرحلة ما قبـل التخرج وما بعد التخرج وضمان الوظيفة وسط هذا الكم الكبير من الطلبـة الخـريجين سنويا(المشيخي، 2009).

وقلق المستقبل أحد السمات الكامنة التي لا يمكن ملاحظتها مباشرة ، فجاء القياس النفسي بوضع الاختبارات النفسية، والتي تشتمل على مجموعة من البنود التي صممت بغرض قياس الخصائص المتعلقة بسلوك الفرد (حسن، 2008).

2.1 مشكلة الدراسة

يُعد الشباب النواة الأساسية في المجتمع، والـشباب هـم الطاقـة والثـروة فـي المجتمعات الناشئة والمتقدمة، فمراحل النمو عند الانسان حسب خط نمائي في مراحـل الحياة التي لها حاجاتها ومتطلباتها النفسية والمادية التي لا بد من تلبيها، حيث تظهـر فيها الكثير من المشكلات الخاصة بالشباب نتيجة عدم تلبية تلك الحاجات والمتطلبات.

وجاء التعليم العالي والبحث العلمي بأهداف هذه المرحلة من أبرزها أعداد جيـل متحرر من القلق، قوي البنية والشخصية، ويتمتع بقيم أخلاقية بحيث يكون الفرد متسلح بمنجزات العصر العلمية والتقنية، وقلق المستقبل هو أحد المواضيع التي عمل عليهـا علماء النفس والمختصين حديثاً فأهتموا بدراسته للوقوف على أبرز مسبباته وأعراضه لدى الأفراد المصابين به وللوقوف على التأثير الايجابي والسلبي له، فجاءت الدراسات التي تناولته من منظور الطب النفسي، وللوقوف على أبرز ما يؤرق الشباب ويسبب لهم قلق المستقبل ولتحديد درجة القلق من المستقبل، فمسببات القلق من المستقبل في حالـة دائمة من التجدد ففي كل وقت يظهر مسبب جديد وذلك حـسب الظـروف المحيطـة. القلق من المستقبل سمة كامنة كأن لا بد من قياسه من خلال أعـداد مقـاييس ملائمـة

للمرحلة وتمتع بدلالات سيكومترية مناسبة، وبسبب نقص المقاييس المعده لقياس قلـق المستقبل على صعيد الدراسات العربية، تتناسب مـع تغيـرات المرحلـة ، وتواكـب التطورات المتسارعة في الإحداث، جاءت هذه الدراسة لأعداد وبنـاء مقيـاس يتمتـع بخصائص سيكومترية مقبولة لقياس قلق المستقبل لـدى طلبـة الجامعـات الأردنيـة الحكومية.

3.1 أسئلة الدراسة:

جاءت هذه الدراسة للإجابة عن الاسئلة التالية:

1. ما دلالات الصدق لمقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية ؟
2. ما دلالات الثبات لمقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية ؟
3. ما معايير الأداء على مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية؟

4.1 أهمية الدراسة

تكمن أهمية هذه الدراسة على النحو التالي:

1- الأهمية النظرية:

تأتي أهمية الدراسة من أهمية موضوعها، وندرة تناولها في أدبيات علـم الـنفس وهو قلق المستقبل وتأثيره السلبي والايجابي على شريحة عمرية تناولتها وهذه الدراسة، وهم طلبة الجامعة الذين يتحملون مسؤولية النهوض بمجتمعهم في المستقبل ، والوقوف على أبرز مسببات قلق المستقبل لدى الطالب الجامعي، ولهذا يتوقـع أن تـسهم هـذه الدراسة في دعم جانب مهم من مجال الدراسات النفسية، والذي يتعلق بقلق المـستقبل لدى الشباب الجامعي، وتسعى الدراسة لبناء مقيـاس لقيـاس قلـق المـستقبل يتمتـع بخصائص سيكومترية جيدة في البيئية العربية والعالمية.

2- الأهمية العملية:

تساعد نتائج البحث المنشغلين في مجال علم النفس والطب النفسي والقياس النفـسي في الجامعات أن يضعوا إستراتيجيات لإدارة الأزمات والصدمات والضغوط وبـرامج

توجيهيه لعلاج ظاهرة قلق المستقبل لدى الشباب، وتحويله إلى ظاهرة ايجابية قد تساعد في خفض مستوى قلق المستقبل، والعمل على تعزيز شعور الشباب بالأمـان والأمـل والتفاؤل بالمستقبل.

5.1 حدود الدراسة:

1. **الحدود المكانية :**اقتصرت الدراسة على طلبة جامعة مؤتة.
2. **الحدود الزمانية**: تم جمع بيانات الدراسة في الفصل الصيفي للعام 2013/2012.

6.1 التعريفات المفاهيمية والإجرائية

تضمنت الدراسة الحالية المفاهيم التالية:.

قلق المستقبل Future Anxiety:

عرف(سعود، 2005) قلق المستقبل بأنه جزء من القلق العام المصمم على المستقبل يمتلك جذوره في الواقع الراهن، ويتمثل في مجموعة من البنى كالتشاؤم، أو إدراك العجز في تحقيق الأهداف العامة.

ويُعرف قلق المستقبل إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة من خلال استجابته على فقرات مقياس قلق المستقبل المستخدم في الدراسة الحالية.

المقياس (Measure)

عرف (عودة، 2005) المقياس :بأنه أداة قياس يتم أعدادها وفق طريقة منظمة من عدة خطوات تتضمن مجموعة من الإجراءات التي تخضع لشروط وقواعـد محـددة، بغرض تحديد درجة امتلاك الفرد لسمة أو قدرة معينة من خلال إجاباته عن عينة مـن المثيرات التي تمثل السمة أو القدرة المرغوب قياسها.

الفصل الثاني
الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري

1.1.2 مفهوم القلق

لقد أطلق على القرن السابع عشر (عصر التنوير)، والثامن عشر(عصر العقـل)، والتاسع عشر(عصر التقدم). وجاء القرن العشرين ثم غادر وهو يحمل تسمية(عـصر القلق)، وهكذا نلاحظ أنه كلما أصبح تواتر فـي الفتـرات الزمنيـة اتجهـت صـوب الاضطرابات وسوء التكيف. ويعاني أنسأن عصر القلق من العوامل النفسية المؤثرة في حياته اليومية ومطالبه الاجتماعية. فالمجتمعات العصرية لم تعـد ضـحايا مجاعـات، وأمراض وأوبئة ولو أنها متفرقة ومتناثرة في بقاع الأرض. ولكن حلت مكانها وبتأثير أقوى قسوة الأوبئة النفسية الحادة والمزمنة تلك هي أعراض القلق بأنواعه،اضـطراب القلق العام، والوسواس القهري، والمخاوف(الفوبيا)، ونوبات الهلع(الذعر)، واضطراب ما بعد الصدمة (الكرب)، والتحولات الهستيرية، و الاكتئاب المختلط بسبب القلق، فضلا عن انتشار الاضطرابات الذهانية والوجدانية، مما عصف بإنـسان اليـوم، الـشكوك والأوهام .وبذلك ندرك تفاقم هذه الأزمات وارتفاع معدلات الأعراض الناجمـة عـن تفشي الاضطرابات النفسية، مما دفع بالباحثين إلـى إجـراء المزيـد مـن البحـوث والدراسات النفسية الخاصة بالقلق بالدرجة والسرعة التي تتناسـب مـع الزيـادة فـي الضغوط البيئية التي يتعرض لها الإنسان المعاصر لما فيها من تنبيهات قد تؤدي به في كثير من الأحيان إلى إحساسه بالضيق والتوتر والجزع.ولقد أوضح (نايزوندر) أنه منذ عام 1950م وحتى أوائل السبعينات، تم أنجاز أكثر من(1500) دراسـة عـن القلـق واستخدمت ما يزيد عن (120) طريقة مختلفة لتحديـده وقياسـه.واسـتمرت جهـود المنشغلين في دراسة القلق وتعددت الأساليب والطرق لما لهذا الموضوع مـن ارتبـاط

بحياة الإنسان، وتعقد المطالب الاجتماعية أمامه فيزداد عددها يوما بعد يوم.(الخالـدي، 2006)

ويتميز العصر الحالي بالقلق وما يصاحبه من ضغوط النفسية، بالرغم مما أنجزه الإنسان من تقدم علمي وتقني، وما توصل إليه من اكتشافات ومنجزات، وما أنجزه في مجال سباق الفضاء، إلا أن هذا التقدم المادي لم يؤدي إلى زيادة سعادة الإنسان وتمتعه بصحة نفسية وعقلية وجسمية جيدة أو شعور بالأمان والاطمئنان، بل أنه أدى إلى تعقد الحضارة والإعمال وانتشار الزحام والتلوث، وزيادة حدة الصراعات والمنافسات فـي مجالات الحياة، مما جعل الإنسان أكثر معاناة، إلى حد تسمية هذا العصر بأنه عـصر القلق النفسي(عيسوي، 2001).

وتعددت وجهات النظر حول مفهوم القلق، وكأن الاختلاف فيما بينهما متمثلاً فـي العوامل المسببة للقلق، وكذلك المرحلة التي يبدأ فيها، إلا أنه اتفقت معظـم التعريفـات حول محتواه وأنواعه، ويشير مصطلح القلق إلى أنه انفعـال غير سار، وشعور بتهديد وعدم الراحـة والاستقرار، وهـو كذلك إحساس بالتوتـر والشـد، وخـوف دائـم لا مبرر له من الناحيـة الموضوعية، ويتعلـق هذا الخوف بالمستقبل والمجهـول غالبـاً (عبد الخالق، 1987).

ولا يمكن ملاحظة القلق مهما كانت شدته أو نوعه، أنما يمكن الاستدلال عليه من خلال مظاهر ترتبط بمفهوم القلق (عودة وملكاوي، 1992).

ويمكن النظر إلى القلق على أنه حالة شعورية غير سارة تتسم بالخوف والتوجس وتوقع الأخطار والكوارث، وليس بالضرورة أن تكون هذه الأخطار حقيقية بل يكفي أن يراها الفرد كذلك، فالقلق خبرة بشرية عامه عانى ويعاني منها كل فرد دون اسـتثناء، وما يميز المرضى بالقلق عن الأفراد العاديين هو أن المرضى يختبرون مواقف القلـق في غالبية الوقت، ويختبرونه بدرجات اشد من الآخرين. ويعتقد بعض الناس أن القلـق علامة على المرض ولكن هذا بالضرورة غير صحيح، لأن حالات من القلق الطبيعـي تدفع بالإنسان للنشاط والأعداد للمستقبل ومواجهة الأخطار الفعلية(كتاني، 2007).

وتطرح (هورني) وجهة نظرها عن القلق، إذ ترى أنه عبارة عن خبرات مهـددة لأمن الفرد ناشئة عن مواقف أو إحداث مؤلمة تبدأ منذ المراحل الأولى لنشأة الطفـل، ومنها تضارب مشاعر الوالدين نحوه، وتفضيل أحد إخوته عليه، أو رفـضهم لـه، أو أنزال العقاب غير العادل به والسخرية منه. ويرى (ثورن) أن قلق الفرد يكمـن فـي خوفه من المستقبل وما قد يحمله من إحداث تهدد وجوده. فالقلق ينشأ عما يتوقعه الفرد من إحداث في المستقبل، أي أن القلق ليس ناشئاً عن خبرات الماضي. فالإنـسان هـو الكائن الحي الوحيد الذي يدرك تماماً أن نهايته حتمية، وأن الموت قد يحدث له في أي لحظة، وأن توقع الموت فجأة بعد التنبيه الأساسي للقلق عند الإنسان. بالرغم من تعـدد وجهات النظر في تفشي القلق ونشأته فأنه هناك اتفاقا في وصف القلق : بأنـه حالـة انفعالية غير سارة لدى الفرد تؤثر في مستوى أدائه، وعلاقاتـه الاجتماعيـة، ومـدى شعوره بالطمأنينة نتيجة تعرضه لمواقف نفسية ضاغطة خلال حياته سواء كانت هـذه المواقف واضحة لديه أم غامضة، مما يؤدي إلى إحداث تغيرات داخلية يحس بها الفرد، وأخرى خارجية تظهر على ملامحه. والقلق النفسي هو شعور غـامض غيـر سـار يتصف بالتوجس والخوف، والتحفز والتوتر مـصحوب عـادة بـبعض الإحـساسات الجسمية، خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي، ويأتي في نوبـات متكـررة، مثل: الشعور بالفراغ بالمعدة، أو السحبة في الصدر، وضيق فـي التـنفس، وشـعور بنبضات القلب، والصداع، وكثرة الحركة(الخالدي، 2006) .

ومع شيوع القلق من المفيد أن نفرق هنا بين القلق الطبيعي أو الـصحي والقلـق المرضي. فالقلق الصحي يحس به معظم الناس، ومن الأمثلة عليـه الـضغوط غيـر المألوفة كالامتحانات والمقابلات الشخصية...الخ. فهو يعد استجابة طبيعية لحالة غيـر عادية ويسمى القلق الموضوعي أو قلق الحالة لأنه يرتبط بحدث معين وينتهي معه، إذ أنها استجابة تكيفيه من جانب الشخص تهيأة لمهمة أو لمحنة، وتتطلب منه المزيد مـن الجهد، وتضع أمامه مطالب ملحة غير عادية .أما القلق المرضي فأمره مختلف ، فهـو استجابة تتصف بسوء التكيف ولا تخدم غرضا نافعا، بل على العكس من ذلك.وفي أكثر

الأحيان يتخلل القلق الحياة العقلية للشخص، فيصبح كابحاً لا حافزاً ، وسرعان ما يدرك المصاب بالقلق المرضي تلك الطبيعة المتناقضة لمرضه. ويحدث القلق سواء في حـال وجود أو عدم وجود ما يعتقد بأنه أسباب واضحة في حدوث القلق. ومع أن المـريض يدرك أن المخاوف غير منطقية وغير مبررة، فأنه مع ذلك يدافع عن عجزه وضـعفه، ويضخم ويبالغ ويتفحص ويفكر ملياً في مضمون قلقه(الحبيب، 2012) .

2.1.2 القلق و الأداء

تبين أن القلق قد يسهل الأداء في المهام البسيطة، ولكنه يعوق الأداء في الأعمـال المركبة، وبخاصة تلك التي تتطلب جهداً عقلياً. والقلق الزائد لدى بعض الأفـراد قـد يجعلهم يجدون صعوبات تتدخل أولا في كيفية إدخال المعلومات إلى الذاكرة حيث تـم اكتشاف أن الأشخاص المشتركين في الأبحاث حين يكونون في حالة قلق بالغ يستقبلون أجزاء أقل من المعلومات عن أولئك الأقل قلقاً. ويستعملون خططاً أقل فاعليـة لتنظـيم المادة عندما يتعاملون مع المعلومات، كما أنهم أقل مرونة عن الأفراد الذين تقل درجة القلق عندهم عندما يحاولون تغيير خططهم بأخرى.(دافيدروف، 1980).

3.1.2 الخوف والقلق

يميز (عكاشة، 1998) بين الخوف والقلق، ويرى بأنهما عادة ما يكونـان وحـدة ملتصقة، ولكن شعور الفرد بالخوف عندما يجد سيارة مسرعة فـي اتجاهـه بوسـط الطريق يختلف تماماً عن شعوره بالقلق عندما يقابل بعض الغرباء الـذين لا يـستريح لصحبتهم، كذلك من الناحية الفسيولوجية. فالخوف الشديد يصاحب نقص فـي ضـغط الدم، وضربات القلب، وارتخاء العضلات مما يؤدي أحياناً إلى الإغمـاء، أمـا القلـق الشديد فيصاحبه زيادة في ضغط الدم، وضربات القلب، وتوتر العضلات مـع تحفـز وعدم استقرار، وكثرة الحركة.

فالفرق بين الخوف والقلق يتضح في أن القلق لا يكون الفرد منتبها إلى مـصدره عادة فهو على مستوى لا شعوري. في حين أن الخوف يكـون مـن أمـور خارجيـة يواجهها الفرد على مستوى الشعور ويعرف مصدرها. وكذلك فأن القلق يبقى غالباً رغم زوال مثيرة الأصلي طالما لم يتناوله الفرد بالدراسة والتحليل. في حـين أن الخـوف يزول بزوال مثيرة. وقد ينشأ القلق كرد فعل لوضع محتمل غير قائم ولكنه متوقع. بينما الخوف ينشأ كرد فعل لوضع مخيف قائم فعلا. والقلق يوجد صراعات بينما الخوف لا يوجد صراع (زهران، 2005).

4.1.2 القلق كسمة والقلق كحالة Trait Anxiety & State Anxiety

يجب التمييز هنا بين القلق كحالة والقلق كسمة فأكد كل من كاتيـل وسـبيلبيركر وأتكنسون بأن حالة القلق هي: حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الإنسان عندما يتعرض إلى موقف يرى فيه تهديداً، وتزول الحالة مع زوال التهديد. أما سمة القلق فعرفها كل منهم بأنها: سمة ثابتة نسبياً للشخصية، وتدل على استعداد سلوكي كامن للقلق،كمـا وأشـار سبيلبيركر إلى أن حالة القلق عابرة في مجرى حياة الفرد. أما سمة القلق فتـدل علـى فروق ثابتة نسبيا بين الناس في تهيؤهم لأدراك العالم بطريقة معينة وفي مـيلهم إلـى الاستجابة للمواقف العصبية بأسلوب خاص (عبد الخالق، 1987).

وأما ماثيوس وديري فأنهما ينظران إلى حالة القلق على أنهـا أحاسـيس التـوتر والتخوف التي يشعر بها الفرد باستمرار. والسمة لديهما تشير إلى اسـتقرار الـسلوك. ويشيران إلى أن سمة وحالة القلق ترتبطان مع بعضهما ارتباطاً موجباً على العمـوم، حيث أن الأشخاص الذين لديهم سمة القلق عالية يميلون إلى حالة قلق أعلى مما لـدى ذوي سمة القلق المنخفضة (كرميان، 2008).

وتُعرف سمة القلق بأنها "الاختلافات الفردية المستقرة نسبياً بخـصوص القلـق، الناتجة عن الاستعدادات لأدراك مدى واسع من المواقف المثيرة بكونها خطر أو تهديد، والنزعة نحو الاستجابة لها".والقلق كسمة تشير إلى فروق فردية ثابتة نسبيا في الميـل

إلى القلق، أي فروق بين الناس في الميل إلى إدراك المواقف العصيبة على أنها خطـر ومهددة، والاستجابة لمثل هذه المواقف يرفع بشدة إرجاع حالة القلق لديهم، ولا تظهـر سمة القلق مباشرة في السلوك، ويمكن استنتاجها من تكرار ارتفاع حالة القلق لدى الفرد عبر الزمن وشدة هذه الحالة (بلكيلاني، 2008).

وتوجد سمة القلق والتي تعني الاستعداد للقلق عند جميع الأفراد بدرجات متفاوتة، فهي توجد عند البعض بدرجة منخفضة، في حين توجد عند الآخرين بدرجـة عاليـة، بينما توجد عند الغالبية بدرجة أقرب إلى الوسط، فالفرد الذي يوجد لديه استعداد عـالي للقلق يدرك تهديد تقدير الذات في مواقف كثيرة، ويستجيب له بحالـة قلـق زائـدة لا تتناسب مع ما في المواقف من خطر حقيقي، أما الفرد الذي يوجد لديه استعداد منخفض للقلق فيدرك التهديد في مواقف الخطر الحقيقي ويستجيب بقلق مناسب غير مبالغ فيـه (تونسي، 2002).

وتشير سمة القلق إلى استعداد ثابت نسبياً للقلق لدى الفرد. وحالـة القلـق إلـى استجابة انفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية تتضمن التـوتر والخـشية والعـصبية والانزعاج. وهكذا يمكن توضيح العلاقـة بين سمة القلق وحالة القلق بأن سمة القلـق هـو الاستعداد للقلق يكمن داخل الفرد وعند إثارته بمثيرات مهددة تبرز كحالـة قلـق (عبد الخالق، 1987).

5.1.2 النظريات المفسرة للقلق

هناك العديد من النظريات المفسرة للقلق ومنها:

1. الاتجاه التحليلي:

يرى فرويد(Freud) أن القلق حالة من الخوف الذي يسيطر على الإنسان، ويسبب له الضيق والألم والعصاب، والفرد القلق يتوقع الشر دائماً، ويبدو متشائماً مضطرباً. كما أن الفرد القلق يفقد الثقة بنفسه والقدرة على التركيز، ويبدو متردداً عاجزاً عن الفصل في الأمور، كما ويعرف فرويد القلق على أنه استجابة قديمة ظهرت لدى الطفل

أمام خطر معين(كصدمة الميلاد)، وتكرر هذا الخطر في حالات مختلفة (عثمان، 2001).

ولقد وصفت مسببات كثيرة للقلق وعدد منها فرويد سببين: الأول يكمن في شعور الفرد بالأخطار الموجودة في الحياة الواقعية، أما الثاني فهو توقع العقاب نتيجة التعبير عن رغبات ممنوعة.ويرى فرويد أن مشاعر القلق عندما تحدث تعني اقتراب الهو من منطقة الشعور والوعي، وهذا يعني أن هذه المشاعر على وشك اختراق الدفاعات التي عملت الأنا والأنا الأعلى على كبتها. وبناء على ذلك تعمل مشاعر القلق على استثارة القوى الدفاعية ممثلة في الأنا والأنا الأعلى لمنع المكبوتات في اختراق الدفاعات ، فأنها تعبر عن نفسها في شكل سلوك لا سوي ، أو أنها تنهك دفاعات الأنا بحيث يبقى الفرد مهيأ للقلق(كفافي،1990).

2.الاتجاه الإنساني

يرى رواد الاتجاه الإنساني ومن أبرزهم (ماسلو) أن حرص الإنسان على وجوده هو ما يثير قلقه ويشكل هويته، وحدوث تكرار الإخفاق أساس القلق، كما يعتبر أن إخفاق الإنسان في تحقيق أهدافه واختيار أسلوب حياته مثيرا للقلق، كما يزداد قلق الإنسان اذا أصيب بمرض لا شفاء منه، أو اذا تقدم به السن، حيث يعزز ذلك انخفاض عدد الفرص المتاحة أمامه، وانخفاض نسبة النجاح بالمستقبل وذلك لأن القلق لا ينشأ من ماضي الفرد وإنما هو خوف من المستقبل، وما قد يحمله من إحداث تهدد وجود الإنسان وإنسانية الفرد (عبد الغفار، 1977).

3.الاتجاه السلوكي

يرى السلوكيون ومنهم (جيمس وبافلوف) يعتبرون القلق بمثابة استجابة خوف تستثار بمثيرات ليس من شأنها أن تستثير هذه الاستجابة، غير أنها اكتسبت القدرة على إثارة هذه الاستجابة نتيجة لعملية تعلّم سابقة وهم عموما يركزون على الاشراط Conditioning حيث يرتبط مثير من نوع ما ارتباطا عارضا بخبرة انفعالية غير سارة كالخوف أو التهديد(عبد الغفار،1977).

ويرى السلوكيون أن القلق يقوم بدور مزدوج، فهو من ناحية يمثل حافزاً، ومن ناحية أخرى يعد من مصادر التعزيز، وذلك عن طريق خفض القلق، وبالتالي فأن العقاب يؤدي إلى كف السلوك غير المرغوب فيه، وعليه ينتج القلق الذي يعد صفة تعزيزيه سلبية تؤدي إلى تعديل السلوك. ويرى السلوكيون أن القلق استجابة شرطية مؤلمة تحدد مصدر القلق عند الفرد(عثمان، 2001).

4.نظرية التعلم الاجتماعي:

وهي النموذج المعاصر الأكثر شمولاً للدافعية البشرية، والأفكار، والأفعال التـي يقوم بها الشخص. وأكد باندورا مؤسس النظرية أنه لا يوجد شرح كاف لتطـور نمـو القلق والخوف، ولكنه اقترح أن الخبرة لها دور هام في حـدوث التوقـع(وهـو قلـق المستقبل) الذي ينظم ويؤثر على العمل والفعل، وأشار إلى أنه فـي حـالات الخـوف البسيط يحدث التطور التالي: الخبرة المنفرة من شخص أو الآخرين تغرس وتطبع فـي النفس والذهن الاعتقاد بأن الشخص غير قادر على التحكم في النتائج غيـر الـسارة، والمرتبطة بالحدث المنفر(الحسيني، 2011).

5. الاتجاه المعرفي:

يفسر رواد الاتجاه المعرفي، ومنهم (بياجيه) القلق بأنه توقـع لعلاقـات التهديـد والخطر الوشيك ولذلك يكون الفرد حذر بشكل مفرط في تصوره للأخطار المحتملة أو الإحداث غير السعيدة.والتطور الرئيسي لهذا النموذج يعتمد على تفسير الأفراد للإحداث المسئولة عن حدوث الانفعالات السالبة، مثل: القلق والغضب والحزن. وفي حالة القلق فأن تفسيرات الإحداث تتعلق بالإحساس بالخطر أو ترتبط بالإحساس والشعور بالخطر الناتج عن مواقف الخطر، مثل: المرض والموت. وقد أشار ارون بيك إلى أن مرضى القلق يبالغون في الإحساس بالخطر المتضمن أو الموجود أساساً في المواقف، وأضاف أن هذه المبالغة ما تنتج عن خطأ أو أكثر من الأربعة أخطاء التالية:المبالغة في تقـدير احتمالية حدوث حدث مخيف، وأيضاً المبالغة في تقدير قوة وحدة الحـدث المخيـف، والتقدير المنخفض لمصادر معالجة الحدث المخيـف، والتقـدير المـنخفض لعوامـل

الخلاص من الحدث المخيف. وبمجرد أن يشعر شخص ما بأنه في موقف خطر فـأن برنامج القلق سرعان ما يعمل اتوماتيكياً بطريقة انعكاسية لتنشيط المواجهة مـع ذلـك الخطر، ويعمل القلق كانتباه زائد يدفع للتركيز علـى المـصادر المحتملـة للخطـر. والنموذج المعرفي يوضح أن الشخص القلق تكون معتقداته الشخصية وأفكاره أساسـها سلبي عن المواقف التي يتعرض فيها للخطر أو التهديد، وربما يكون القلق ذا فائدة، اذا كان الفرد يعتقد في نفسه أنه مهما كان الحدث القادم ضارا أو سيئا ، فربما يستطيع فعل شيء ما في مواجهته(الحسيني، 2011).

6.1.2 أسباب القلق

على الرغم من وجود اختلاف في وجهات النظر حول تفسير مصدر القلق ومنشأه، إلا أن هناك اتفاق في الرأي بأن اضطراب القلق يعود منشأه إلى أسس محددة وهي:

1) **الأساس الفسيولوجي للقلق:** تنشأ أعراض القلق النفسي من زيادة في نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي بنوعية السمبثاوي والباراسمبثاوي، ومـن ثـم تزيـد نـسبة الادرينالين والنورادرينالين في الدم من خلال الغدة فوق الكلوية تقوم على ظهور أعراض فسيولوجية وهمية مؤقتة، ومنها: أن يرتفع ضغط الدم، وتزيد ضـربات القلب، ويتحرك السكر في الكبد، وتزيد نسبته في الدم مع شـحوب فـي الجلـد، وزيادة التعرق، وجفاف الحلق، وأحيانا ترتجف الإطراف. أمـا ظـواهر نـشاط الجهاز الباراسمبثاوي فأهمها الرغبة بالتبول، والإسهال، ووقوف الشعر، وزيـادة الحركات المعوية مع اضطرابات الهضم، والشهية والنوم، ويتميز القلق فسيولوجياً بدرجة عالية من اليقظة والانتباه المرضي في وقت الراحة، مـع بـطء التكيـف للكرب، أي أن الأعراض لا تقل مع استمرار التعرض للإجهاد، نظراً لـصعوبة التكيف لدى مرضى القلق(الخالدي، 2006).

2) **الأساس الوراثي:** تشير نتائج الفحوص الطبية، ونتائج الدراسات الإكلينيكية التي قام بها المختصون بوجود أساس جيني لاضطراب القلق، وذلـك أن نـسبة (15%-

75%) من الأقارب ومن الدرجة الأولى لمرضى القلق يصابون به، وبالمقارنـة فأن معدل إصابة التوائم المتماثلة هو (80%-90%) و (10%-15%) من التوائم غير المتماثلة. وأثبتت نتائج الدراسات التي أجريت على التوائم المتماثلـة تـشابه الجهاز العصبي اللاإرادي واستجابته للمنبهات الخارجية والداخلية، كذلك أوضحت دراسة العائلات أن 15% من أباء وأخوة مرضى القلق يعانون من نفس المرض، وفي دراسة (سيلتر وشليدر 1969-1962) أن نسبة القلق في التوائم المتـشابهة تصل إلى 50% وأن حوالي 65% يعانون من بعض سمات القلق، وقد اختلفـت النسبة في التوائم غير المتشابهة فوصلت إلى 4% فقط، أما سمات القلق فظهرت في 13% من الحالات. وهكذا يتضح أن للعامل الوراثي دور هام في الاسـتعداد للإصابة بالقلق، حيث أن الفرد يولد بالاستعداد الوراثي في جهازه العصبي للقلق النفسي، وتظهر أعراض القلق عند تعرضه للإجهـاد أو شـدة الانفعـالات ، أو حالات الإحباط، أو فقدان الأمن النفسي وغيرها من العوامل النفـسية(الخالـدي، 2006).

3) **الأساس السيكولوجي للقلق:** تشير الدراسات النفسية والإكلينيكية بأن أعراض القلق تظهر لدى المصابين في صورة نوبات تزداد شدتها عبر مراحل مختلفة يمر بهـا الفرد المصاب، وأن هذه النوبات هي بمثابة دفاعات غير ناضجة ضد النزعـات الباعثة على القلق مقترنة بخبرات مؤلمة كفقدان الأمن النفسي، وقلق الانفصال في مرحلة الطفولة، ويتم بسببها استخدام مختلف آليات الدفاع النفسي. هذا ما تفـسره نظرية التحليل النفسي، بينما تحدد النظرية السلوكية الأساس النفسي للقلق على أنه استجابة متعلمة، أما من نموذج والدي أو من اشراط كلاسيكي(الخالدي، 2006).

4) **العمر:** يكثر القلق في سن المراهقة والشيخوخة. فالمراهقة قد تكون فترة من التوتر والاضطراب، إذ يتعرض الشباب لجميع أنواع الضغوط في هـذه الفتـرة مـن حياتهم. ويعد النمو الطبيعي للمراهق فترة يسهل خلالها استثارة الانفعالات العنيفة لديه، وهي انفعالات يجد الأشخاص صعوبة في توجيهها، فهم في مرحلـة مـن

الحياة لا تنطبق عليهم فيها صفة الرشد، ولا صفة الطفولة.ويـزدحم فـي عقـل المراهق، عدة تساؤلات مثل: هل سيحصل على عمل؟ وهل سيكون عملاً مناسباً؟ وهل سيدخل الجامعة ويحقق التفوق؟ والمشكلة أن كل امرئ يسدي لـه نـصيحة تناقض نصائح الآخرين، ولذلك فقد تتكون لديه في هذا المحيط أعـراض القلـق، والتي تكون عادة من النوع الحاد. وكثيراً ما نرى أعراض القلق لدى المراهق في اشد صورها متمثلة فيما يكاد يكون انهياراً عصبياً، وهو ما يطلـق عليـه أزمـة الهوية لدى المراهق، فهي حالة يغدو فيها الشباب غير متأكدين من ذواتهم، ومـن دورهم في الحياة. وبذلك فأن مصادر القلق في مرحلة المراهقة كثيرة، اذ قد تكون أسباب شخصية أو اجتماعية أو ثقافية، وكذلك الأعـراض ذاتهـا بحاجـة إلـى استقصاء ومعالجة، لأن المراهقة هي حالة تغير ونضج. وقد تـساعد المعالجـة الواعية للفرد في فترة المراهقة على تجنب استمرار الأعراض، وكذلك تجنب نقل مشكلات المراهقة التي لم يتم حلها وتسويتها إلى مرحلة سن الرشد والنضج. وإذا انتقلنا إلى مرحلة الشيخوخة ، فأننا نجد أن المسنين سرعان ما يـصبحون قلقـين عندما يتغير روتين حياتهم الرتيب، كما أن شعورهم بالوحدة والخوف من الموت هما أيضاً سببان مهمان للقلق في سن الشيخوخة. وكثيراً ما يستهان بمشاعر القلق عند الكبار، كما لو كانت قليلة الأهمية، لا لشيء إلا لأن المريض مسن ، كما لـو كأن كبار السن بالضرورة نوعاً من جواز المرور إلى التعاسة . وفي الحقيقة أنه من الخطأ الاستعانة بتلك المشاعر وأن كان الحال كـذلك فـي أغلـب الأحيـان (الحبيب، 2012) .

5) **مواقف الحياة الضاغطة**: فالضغوط الحضارية والثقافية والبيئة الحديثـة ومطالـب ومطامح المدنية المتغيرة، والبيئة القلقة المشبعة بعوامل الخوف، والهم، ومواقـف الضغط، والوحدة، والحرمان، وعدم الأمن، واضطراب الجو الأسـري وتفكـك الأسرة، والوالدان العصابيان القلقان أو المنفصلان، وعدوى القلق وخاصـة مـن الوالدين (زهران، 2005).

6) التعرض للحوادث والخبرات الحادة (اقتصادياً أو عاطفياً أو تربوياً)، والإرهاق الجسمي والتعب والمرض، وظروف الحرب.(زهران،2005).

7.1.2 أصناف القلق

يصنف القلق إلى نوعين أساسيين هما:

أولاً: القلق الطبيعي Normal Anxiety وهو أقرب إلى الخوف؛ لأن مصدره معروف لدى مصاب القلق، وهذا النوع مرتبط بالبيئة، ويطلق عليه بالقلق الموضوعي أو قلق الحالة، فهو يعزى إلى الخبرة المؤلمة الأولى إلى إثارة مشاعر الإحساس بالقلق، وجعلته طابع الشخصية أي (القلق الطبيعي)، وقد أشير إلى أن صدمة الميلاد تسبب في حدوث هذا القلق أصلاً، والمتمثلة بخروج الطفل من بطن أمه إلى الدنيا، ويعرف بأنه: ما يشعره الطفل، وينمو معه وهو وحيد وعاجز إزاء البيئة المحيطة به حتى يطلق عليه تسمية (القلق الحقيقي)(الخالدي، 2006).

ثانياً: القلق المرضي Diseases Anxiety وهذا النوع من القلق مجهول المصدر، أي أن مصدره غير معروف والمصاب به لا يدركه، وكل الذي يحدث أنه يشعر بخوف غامض منتشر وعام وغير محدد ومستمر(الخالدي، 2006).

8.1.2 التغيرات الفسيولوجية لاضطراب القلق ومنها:

برودة الإطراف، زيادة نشاط الغدد الدرقية، اضطرابات المعدة، زيادة معدلات التنفس، السرعة في ضربات القلب، وتقلص العضلات، ارتجاف الأصابع، تقلص حدقة العين، الدوار، كثرة التبول، جفاف الحلق، تغير في درجة الصوت، وصعوبة بالكلام، وزيادة ملحوظة في النشاط الحركي، وفقدان القدرة على التحكم والتنظيم(الخالدي، 2006).

9.1.2 التغيرات السيكولوجية لاضطراب القلق ومنها:

الخوف الشديد من شيء مرتقب، وتوقع حدوث أذى ومصائب وانعدام القدرة على تركيز الانتباه، والإنهاك النفسي، الاكتئاب، وانعدام الثقة بالنفس، والرغبة الدائمة في الهروب من مواجهة المواقف، والإحساس الدائم بتوقع الهزيمة، والفشل وصعوبة النوم والكوابيس، وفقدان الأمن النفسي، والتردد في اتخاذ القرار، وتوتر دائم واضطراب التفكير. إلا أن هذه التغيرات لا تحدث جميعاً في وقت واحد، كما أنها لا تكون في حالة وجودها كلها بدرجة واحدة، بل تعتمد على نوع الباعث على القلق وشدته ومدى إدراك الفرد له. ومن حيث الفروق بين الجنسيين للتغيرات الناشئة عن القلق، فقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن الأعراض النفسية تظهر أكثر وضوحاً عند الذكور عنها عند الإناث، بينما تظهر الأعراض الفسيولوجية عند الإناث أكثر وضوحا من الذكور(الخالدي، 2006).

10.1.2 علاج القلق

القلق أكثر الاضطرابات النفسية استجابة للعلاج ودرجة الشفاء فيه عاليه. ومن أهم الطرق العلاجية ما يلي:

1) **العلاج النفسي:** يهدف تطوير شخصية المريض، وزيادة بصيرته، وتحقيق التوافق باستخدام التنفيس الانفعالي، والإيحاء النفسي، والإقناع، والتدعيم، والمشاركة الوجدانية، والتشجيع، وإعادة الثقة في النفس، وقطع دائرة المخاوف المرضية، والشعور بالأمن النفسي. ويفيد التحليل النفسي في إظهار الذكريات المطمورة، وتحديد أسباب القلق الدفينة في اللاشعور، وإظهار المكبوتات، وحل الصراعات النفسية. ويستخدم العلاج السلوكي خاصة لفك الاشراط المرضي المتعلق بالقلق وللقضاء على الأزمات العصبية الحركية(زهران، 2005).

ويعد العلاج النفسي المساند أبسط أشكال العلاج النفسي، وفيه يستمع الطبيب إلى المريض، ويتيح له الفرصة للتنفيس عن مشاعره، والوصول إلى حلول لمشكلاته دون

إرشاد أو تأويل؛ حيث يكمن دور الطبيب في تقديم التعاطف والتشجيع. أمـا اذا كـأن القلق نتيجة لصدمات نفسية حدثت في الماضي، فأن العلاج النفسي التحليلي ربما يكون مفيداً. وبالنسبة للتعلم الخاطئ، فأن العلاج المعرفي هو أنجح أساليب العـلاج. وعنـد ارتباط القلق بضغوط معينة، مثل: القطط، والارتفاعات، والأماكن المفتوحة، واستثارته بها فأنه يسمى الفوبيا وهو من أنواع القلق. وقد تكون هذه المخاوف من شيء واحد أو أكثر، كما أنه ربما تكون الضغوط المسببة لها غامضة للغاية.وفي الأعوام الأخيرة أشار علماء النفس الدارسون لنظريات التعلّم إلى أن الرهابات من المحتمل أن تكون نتيجـة الاكتساب أو التعلم المصحوب بسوء التكيف، أو أنه ارتبط شرطياً عند المريض برؤية منبه معين أو سماع صوته. وقد استنتجوا من ذلك أن بالإمكان معالجة حالات الرهاب من خلال عملية إزالة الارتباط الشرطي بين ذلك المنبه والقلق، والتي تخفف بـدورها من حساسية المريض لذلك المنبه. وتتميز هذه العملية بأنها تركز على أساس نظـري عقلاني. ومن خلال التطمين التدريجي يتعلم المريض كيف يتجنب الاستجابة للمثيرات المقلقة، وذلك بتعريضه للمثيرات على مستويات يمكنه معها التحكم في رد فعله. وبهذه الطريقة يصبح المريض محصناً ضد المثيرات، وتنعدم استجابته لها. ويقصد بمصطلح الغمر أن يلقى بالمريض وجها لوجه أمام المثيرات التي يخشى منها، ويبقى كذلك إلـى أن يتلاشى القلق عنده (الحبيب، 2012).

وفيما يلي نعرض برنامج علاجي لقلق المستقبل أعده (عبد العال، 2011)، وهو برنامج التدخل المهني:

يقوم هذا البرنامج على مجموعة من الفنيات المعرفية والسلوكية التي تهدف إلـى تعديل بعض الأفكار السلبية المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة محل الدراسة (تسجيل الأفكار السلبية- اختبار واقع هذه الأفكار- إيجـاد الحلـول والبـدائل للمشكلات التي تواجه الطالب- التدريب على أعادة البناء المعرفي بوضع أسباب أخرى للمشكلات غير الأسباب التي يعتنقها الطالب- التدريب المعرفي). والبرنامج مكون من أحدى عشر مقابلة، وزمن المقابلة حوالي 45 دقيقة تقريباً، ويستغرق تطبيقه 12 أسبوع

بواقع مقابلة أسبوعياً. ويهدف البرنامج إلى إقناع الطالب الجامعي بأن أفكاره السلبية المشوهة قد تؤثر سلباً على سلوكه، وأن التمادي في هذه الأفكار يؤدي إلى مزيد من المشكلات. والبرنامج يتضمن عدة إجراءات علاجية، وهي:

1- **شرح العلاقة بين التفكير والسلوك والانفعال**: حيث يقوم الباحث بشرح هذه العلاقة لإفراد العينة ويوضح فيها تأثير الأفكار الخاطئة في استثارة الانفعالات السلبية، وتوجيه السلوكيات بطرق خاطئة.
2- **تدريب الطلاب على الفنيات المعرفية**: في هذه الخطوة يقوم الباحث بتحديد الأفكار الخاطئة لدى أفراد العينة من خلال التسجيل اليومي للأفكار الخاطئة، وبعد أن يسجل الطالب الفكرة السلبية والانفعال الناتج عنها والموقف، ويقدر هذه الأشياء، ثم يناقش الباحث الفكرة مع الطلاب في المقابلة، ويحاول معه الوصول للمشكلات من خلال الفنيات المعرفية (إعادة بناء معرفي- تدريب معرفي) وبعد التدريب يسجل الطالب الاستجابات المنطقية الملائمة، ثم يعيد تقدير مدى اعتقاده في الفكرة.
3- **الواجب المنزلي**: وفيه يتم تدريب الطالب على كيفية الاستمرار في تسجيل الأفكار السلبية لمناقشتها في المقابلة القادمة، كذلك الالتزام ببعض العبادات مثل: الذكر، وقراءة القران، والدعاء، والصلاة، وقراءة مواد دينية مقترحة.

محتوى المقابلات

المقابلة الأولى

يتم فيها التعارف والتمهيد بين الباحث وأفراد العينة وشرح أهداف برنامج التدخل المهني، والإطار الذي ستكون عليه العلاقة العلاجية. ووضع بعض القواعد الأساسية مثل (المواظبة على الحضور- احترام مواعيد المقابلات- المشاركة في المقابلات- بذل المزيد من الجهد في إتمام الواجبات المنزلية- الحفاظ على الأسرار). أيضا سيتم في هذه المقابلة أجراء القياس القبلي لقلق المستقبل.

المقابلة الثانية

تهدف هذه المقابلة إلى إلقاء الضوء على المشكلة الرئيسية وهي قلـق المـستقبل وتوضيح أسبابه وأثاره السلبية، وتعريفهم بالدور الذي تلعبه الأفكار اللاعقلانيـة فـي إحداث قلق المستقبل، كما يقوم الباحث بتعريف أفراد العينة على مفهوم العلاج المعرفي السلوكي من خلال شرح العلاقة بين التفكير والانفعال والسلوك، وكيف تتأثر الانفعالات والسلوكيات سلبيا بالأفكار الخاطئة.

المقابلات من 3-10

يتم خلال هذه المقابلات ما يلي: دراسة افكار وسلوكيات الطلاب المرتبطة بقلـق المستقبل من خلال تطبيق إستراتيجية الاستعراض المعرفي ثم إعادة البناء المعرفي من خلال مساعدة الطالب الجامعي على أن يتفهم أفكاره ومعتقداته الخاطئة والجمل التـي يرددها بنفسه وحديثه السلبي، وأثره في ظهور أنماط غير مرغوبة. وحتى يتحقق ذلـك فأن الباحث يطلب من الطالب أن يسجل بطريقته الخاصة يوميا في سجل يعرف بسجل تحليل المواقف المعرفية.مساعدة الطلاب على تحديد المواقف التـي تولـد المعـارف العقلانية، استبدال العبارات والأفكار الخاطئة بعبارات منطقية ملائمـة وتعتبـر هـذه الخطوة هي المحور الأساسي لعملية إعادة البناء المعرفي، وقد تم دمج بعض المفـاهيم الدينية في العملية العلاجية.

ويقوم الباحث باستخدام الأساليب التالية حسب طبيعة المستخدم ومستوى قلق المستقبل لديه:

1-الأساليب المعرفية:

أ- حيث يتم تقديم صورة عن الأفكار الخاطئة التي يعتقد الطالب الجامعي أنهـا تلعـب دورا في توجيه سلوكهم وإثارة انفعالاتهم وإقناعهم بذلك عن طريق توضيح بعض الأمثلة التي توضح أن معتقداته الخاطئة هي التي تسبب قلق المستقبل (وبذلك يتم استخدام أسلوب التوضيح، المواجهة، الإقناع).

ب- كما يتم مناقشة الطلاب مناقشة منطقية حول أفكارهم اللاعقلانية ومحاولة تعـديلها بأخرى منطقية وتشجيعهم على مواجهة هذه الأفكار (وبذلك يتم استخدام أسـلوب المناقشة المنطقية والتشجيع).

ج- كما يتم توضيح العلاقة بين الأحاديث الذاتية الخاطئة وقلق المستقبل لدى الطالـب الجامعي، ومحاولة تغيير هذه الأحاديث الذاتية إلى أحاديث أكثر عقلانية (وبـذلك يتم استخدام أسلوب حديث الذات).

2- الأساليب الانفعالية

أ- حيث يتم مساعدة الطالب الجامعي على تأمل سلوكياتهم والمساعدة على تغييرهـا، وضبط انفعالاتهم عن طريق تغيير حديث الذات الذي يؤدي إلى انفعـالات غيـر محسوبة (وبذلك يتم استخدام أسلوب التأمل وضبط الانفعال).

ب- تدريب الطالب على استخدام مهارة حل المشكلة عن طريق التعرف على المشكلة وتحديدها ، وإيجاد البدائل الخاصة بالحلول واختيار أحداها مع اختبار كفاءة هـذا الحل.

3- الأساليب السلوكية

أ- تقديم نماذج من التفكير والإدراك الصحيح لمساعدة الطلاب على مواجهـة وحـل مشكلاتهم (استخدام أسلوب النمذجة).

ب- استخدام الواجب المنزلي من خلال الذكر وقراءة القران والدعاء والصلاة، وكذلك كتابة التقارير الذاتية.

المقابلة الحادية عشر

وهي المقابلة التي تهدف إلى الوقوف على الأهداف التي حققها برنـامج التـدخل المهني، وتهيئيه أفراد العينة لإنهاء البرنامج، وإعادة تطبيق مقياس قلق المستقبل، لتقييم ومقارنة فعالية البرنامج في تقليل مستوى قلق المستقبل لدى المجموعة التجريبية.

2) العلاج الطبي:

للأعراض الجسمية المصاحبة وطمأنة المريض أنه لا يوجد لديه مرض جـسمي، واستخدام المسكنات (مثل الباربتورات "اميتال")، واستخدام المهدئات (مثل سـتيلازين)، والعقاقير المضادة للقلق مثل (ليبيريوم). وهنا يجب الحرص فـي اسـتخدام العقـاقير المهدئة خشية حدوث الإدمان. ويرجح البعض أنه في حالة القلق يزيد الأثـر النفـسي المختصر مع استخدام العقاقير النفسية الوهمية كأن فعالا قدر فعالية اسـتخدام العـلاج النفسي المختصر مع استخدام العقاقير (زهران، 2005).

وإذا أمكن تحديد مصدر الضغط النفسي (كان يكون بسبب ظـروف زوجيـة أو عائلية أو اقتصادية) فسيؤدي ذلك إلى التحسن حتى لو اقتصر الأمر على الترويح عـن المريض. وفي الوقت الذي تعتبر فيه البنزوديازيبينات نافعة لعلاج الأعـراض، فأنهـا تؤدي إلى تفاقم الحالة من خلال أنقاص الفعالية الحركية النفسية (بنسبة تزيد على 40% عند اختبارها). كما أنها، أيضا تبطل التثبيط النفسي بالطريقة نفسها التـي يـؤثر بهـا الكحول، ولذلك فأنها تجعل المريض سريع الاستثارة، إضافة إلى أنها تتراكم في الـدم وتسبب الإدمان(الحبيب، 2012).

11.1.2 قلق المستقبل:

يعد قلق المستقبل أحد أشكال القلق وهو توقع تهديد ما، سواء كأن هـذا التهديـد معلوما أو غامضا ،فمن البديهي أن التوقع يرتبط بالإحداث المستقبلية التـي تـصورها على أنها تشكل مشكلة إلا اذا كأن يصاحبها قلق لا يمكن السيطرة عليه ويكون عندئـذ القلق حالة مزمنة يصعب التعامل معها. فكل أنواع القلـق تقريبـا تتـضمن عنـصر المستقبل، لكن المستقبل هذا ربما يكون محدد بدقائق أو ساعات أو أيام علـى الأكثـر. وفي الغالب فأن مفهوم قلق المستقبل يشير إلى المستقبل المتمثل بمسافة زمنية طويلـة. وعليه يمكن تصور قلق المستقبل كحالة من الغموض والتخوف والهلع والاكترات بشأن تغيرات متوقعه الحدوث في المستقبل الشخصي البعيد أو توقع حدوث أمر سيء . فهو

يعد حالة انفعالية تتسم بالحذر والترقب من حدوث أمر غير سار سيحدث في المستقبل، مع الإحساس بالتوتر وخوف دائم لا مبرر له من الناحية الموضوعية (Zaleski,1996).

وهناك العديد من التعريفات لقلق المستقبل ومنها تعريف(Good,1973) ان قلق المستقبل شر مرتقب وتوتر ومعاناة تتصف بالخوف والفزع، وغالبا ما يكون المصدر غير محدد.

ويعرفه (Ryckman,1993) بأنه إحساس مؤلم يشعر به عندما يتعرض الأنا للتهديد من قوى مجهولة.

وعرف (Zaleski, 1996) قلق المستقبل بأنه تصور لحالة التوجس والغموض والخوف والهلع والخشية من تغيرات غير مرغوبة في المستقبل الشخصي البعيد وتكون هذه اشد حالة ذعر من شيء مأساوي يحصل للشخص.

وعرفته (شند، 2002) قلق المستقبل بأنه حالة من الترقب والحذر و التوجس والشر والتشاؤم تجاه المستقبل العالمي أو الأسري أو الشخصي على المدى البعيد أو القريب.

أما (شقير، 2005) فعرفته بأنه حالة من التشاؤم من المستقبل وقلق التفكير في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المتوقعة.

وعرفه (عبد المحسن، 2007) بأنه حالة من التوتر والتشأوم يشعر بها الطالب الجامعي لندرة فرص العمل بعد التخرج.

وأما (زيدان، 2007) فعرفته بأنه جزء من القلق العام المصمم على المستقبل يمتلك جذوره في الواقع الراهن ويتمثل في مجموعة من البنى كالتشأوم، أو إدراك العجز في تحقيق الأهداف و فقدان السيطرة على الحاضر وعدم التأكد من المستقبل.

وأما (إبراهيم، 2008) فعرفته قلق المستقبل بأنه توقعات سالبة بشأن المستقبل على المستوى الشخصي والمحلي والعالمي.

وعرفه (كريم، 2009) بأنه نوع من أنواع القلق العام المرتبط بتوقع للإحداث المستقبلية خلال فترة زمنية اكبر وعندما يفترض الانسان مستقبله فأنه يحتمل حاضره

ويجعل ماضية ذات معنى فالماضي والحاضر يتدخلأن في التنبؤ بالإحداث والأعمال المستقبلية.

12.1.2 سمات ذوي قلق المستقبل

هناك مجموعة من السمات يتسم بها الأشخاص ذو قلق المستقبل، و من أهمها التركيز الشديد على إحداث الوقت الحاضر أو الهروب نحو الماضي، والانتظار السلبي لما قد يقع، بالإضافة إلى الانسحاب من الأنشطة البناءة مع الحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة.و اتخاذ إجراءات وقائية من أجل الحفاظ على الوضع الراهن بدلاً من المخاطرة بفرص المستقبل، مع استخدام آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة والكبت من اجل التقليل من شأن الحالات السلبية.ويلجأ الإفراد عادة إلى استغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين مطالب المستقبل، وقد يلجأ البعض منهم إلى الانطواء، حيث تظهر عليهم علامات الحزن والشك والتردد والخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها بالمستقبل.ويمتازون كذلك بصلابة الرأي وعدم الثقة في أحد مما، يؤدي بهم إلى الاصطدام بالآخرين، فهم أشخاص يعيشون في الماضي ويفكرون بالمستقبل ولا يعيشون الحاضر(حسانين، 2000).

13.1.2 أسباب قلق المستقبل

هناك الكثير من الأسباب التي تجعل الفرد قلقاً من المستقبل ففشل الفرد في التكيف مع المشاكل التي يعاني منها وعدم المقدرة على إيجاد حلول مناسبة لتلك المشاكل، وكذلك عدم قدرة الفرد على فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع، وكثيراً ما يكون التفكك الأسري أحد أبرز الأسباب المؤدية للإصابة بقلق المستقبل، وكذلك شعور الفرد الدائم بعدم الأمان، تشوه الأفكار والمعتقدات وعدم وجود المعلومات الكافية لديه عن المستقبل، الأمر الذي يترتب عليه عدم القدرة على التكهن بالمستقبل (Moline,1990).

ويشير (حسن، 1999) إلى أن المناخ الاجتماعي يحمل بعض العوامل التي قد تهيئ الإنسان لتكوين قلق المستقبل ومن أبرز هذه العوامل:

1- ضغوط الحياة:

فتعرض الإنسان لمزيد من الأعباء والصعوبات سوف يجعله أكثر عرضه للتشاؤم مما يؤدي للقلق من المستقبل ومن أبرز المؤشرات الدالة على ضغوط الحيـاة أزمـة السكن، وارتفاع الأسعار مع ثبات الدخل، وقلة فـرص العمـل لخريجـي الجامعـات والمعاهد، وبذلك فأن زيادة الضغوط ستشيع بين الإفراد حالة من القلق نحو المـستقبل، مما سيؤدي بالأفراد إلى البحث عن بدائل لتخفيف القلق، وستكون هذه البدائل متعـددة استناداً إلى عوامل كثيرة لعل أبرزها: المستوى الاجتمـاعي، والاقتـصادي للفـرد ، والجنس، والمهنة التي يزاولها.

2- وسائل الاتصال:

عندما تقوم وسائل الاتصال الجمعي، ومنها على وجه الخصوص التلفاز، بعرض أساليب العيش التي يتمتع بها الشباب الخريجين من الجامعات في الثقافات الأخرى، فأن ذلك يؤدي إلى حالة من الإعجاب بمنجزات الآخرين، وفي الوقت نفسه تزيد من قلـق الشباب عند مقارنة حالهم بحال أولئك الشباب في المجتمعات الأخرى. ويقـوم التلفـاز بعمل اخطر من ذلك حين يعرض في بعض برامجه بعض الفئات الاجتماعية التي كانت تعيش على هامش الحياة الاجتماعية، وقد أصـبحت ضـمن قائمـة الأثريـاء عنـدما استخدمت أساليب الحيلة والخديعة مع الآخرين، وكأنه يوحي بنقل رسالة اتصالية مفادها أن النجاح في الحياة يمر عبر استخدام مثل هذه الأساليب، الأمر الذي يوحي بكل تأكيد للشباب على مقاعد الدراسة بهجرها لعدم جدواها، وهذا يعنـي ويؤكـد بـأن قنـوات الاتصال الجمعي تثير حالة من قلق المستقبل لدى هؤلاء الشباب، ولا سيما لدى أولئـك الذين هم على أبواب التخرج.

14.1.2 قياس قلق المستقبل

بما أن قلق المستقبل هو سمة نفسية والسمات النفـسية هـي كينونـات نفتـرض وجودها عند الإنسان بكميات مختلفة وغير ظاهرة، فمن هنا جاءت المشكلة(كيف نقيس السمة عند الفرد؟). فخرج علماء القياس بمصطلح جديد وهو السمة الكامنة أو المختبئة. فنستدل على وجود مثل هذه السمة من أن كل سمة مسؤولة عن أنمـاط محـددة مـن السلوك، ولكل سمة مجالها السلوكي. فيقوم بأني المقياس بتحديد المجال السلوكي، ثـم يحول هذه السلوكيات إلى مثيرات تستدعي هذه السلوكيات، فيقيس عند الإفراد (شـدة، درجة، مقدار) أداء الفرد للسلوك المرتبط بالسمة(فرج وعطية، 1987).

فبدأ القياس النفسي مواكبا في تقدمه لعلم النفس ومتقدما معه منذ منتصف القـرن التاسع عشر مع المحاولات الجادة لدراسة الظواهر النفسية من منظور علمي يقوم على الملاحظة المضبوطة بعيدا عن التأمل الفلسفي، فالقياس(Measurement) كما وضـحه ستفينز بأنه تلك الإجراءات التي يتم بواسطتها تعيين أو تخصيص قيم عددية للسمة التي يمتلكها الفرد وفقاً لمجموعة من القواعد المحددة تحديداً دقيقاً، بحيث تشتمل هذه القواعد على طرق وشروط تطبيق أدوات القياس المستخدمة(عودة، 2005).

15.1.2 أسس القياس النفسي

تختلف الاختبارات النفسية عن الاختبارات المدرسية المألوفة في أنه ليس مجـرد مجموعة من البنود أو الاسئلة اللفظية أو العملية المصورة أو المسموعة والتي تـدور حول موضوعات ما معينة، بل هو مقياس موضوعي ومقنن لعينة من سـلوك الفـرد، وهنالك أسس يجب مراعاتها عند تصميم المقياس أو الاختبار النفسي وهي:

1- المقياس النفسي مقياس لعينة من السلوك: فالسيكولوجي يشبه الكيميائي عندما يريد تحليل كميات ضخمة من المواد، لا يقوم بتحليل كل كميات المادة بل يأخذ عينـة تمثل تمثيلا دقيقا كميا المادة الموجودة. وحسب مدى دقته في اختيار العينة تكـون سلامة النتائج التي يصل إليها. كذلك عند قياس القدرة اللفظيـة، عنـدما نحـأول

معرفة مقدار رصيد الفرد من مفردات اللغة، لا نسأله عن عينة من المفردات التي تمثل المستويات المختلفة من المفردات. فكـذلك الحـال فـي قيـاس الـذكاء أو الشخصية، أي لا نختبر كل استجابات الفرد بل نختبـر عينـة محـدودة، تمثـل الاستجابات الأصلية (فرج وعطية،1987).

2- الموضوعية: وتعني عدم التحيز الشخصي عند الحكم على المفحوص، وأن لا تتأثر نتائج القياس بآراء الفاحص الشخصية أو بـاختلاف الفـاحص نفـسه. وتتـضح الموضوعية في كل خطوات القياس، في تطبيق المقيـاس وتـصحيحه، وتفـسير نتائجه وهي من المبادئ الأساسية التي يلتزم بها علم النفس عموما للوصول إلى المعرفة العلمية المقبولة(فرج وعطية،1987).

3- التقنين: ويعني توحيد إجراءات التطبيق وتصحيح المقياس فإذا كنـا نرغـب فـي المقارنة بين الدرجات التي يحصل عليها الأفراد المختلفون، فلا بـد وأن تكـون ظروف التطبيق وأحدة بالنسبة للجميع. ولتحقيق ذلك يقوم مصمم المقياس بتحديـد مختاف الظروف التي يتم في ظلها تطبيق المقياس(فرج وعطية،1987).

4- المعايير: عندما نطبق المقياس النفسي على أحد الأفراد ويحصل على درجة عالية، فأن هذه الدرجة الخام لا معنى لها. لا نستطيع أن نعرف مثلاً: اذا كانت الدرجـة مرتفعة أو منخفضة وهل هي جيدة أم غير جيـدة إلا بمقارنـة هـذه الـدرجات بدرجات الأفراد الآخرين في المجتمع. ولذلك تشتمل عملية تقنين المقياس علـى أعداد معايير له. ويتم ذلك بتطبيق المقياس على عينة كبيرة من الأفـراد تمثـل المجتمع الأصلي. وبناءاً على ذلك يتم أعداد المعايير، التي تصبح بعد ذلك مرجعا نفسر في ضوئه الدرجة التي يحصل عليها أي فرد تم قياس السمة لديـه (مـراد وسليمان، 2002).

ففي حالة استخدام عدة محكات فأن مدى العلامات (الدرجات) وطبيعة توزيعها لا يكون – على الأغاب- متطابقاً بين المحكات المختلفة، كما أن العلامة الخام فـي حـد ذاتها عديمة المعنى ومقارنتها مع علامة أخرى من نفس التوزيع حتـى مـع معرفـة

متوسط العلامات لا تقدم الشيء الكثير لمن يريد التعرف على موقـع صـاحب هـذه العلامة بين زملائه. من هنا يتم تحويل العلامات الخام على كل محك إلى علامات "ز" المعيارية Z-Scores أو أي نوع من العلامات المعيارية المشتقة منها، مثل: العلامـات التائية "ت" T-Scores حتى تكون المقارنة ممكنة وذات معنى محدد. فالعلامة المعيارية هي علامة نسبية تعبر عن موقع الفرد بالنسبة لزملائه في مقياس ما. وفـي العينـات الكبيرة نسبيا يتراوح مدى علامات "ز" ما بين (-3 و +3) (ثلاث فوق المتوسط وثلاث تحت المتوسط)، أي أن ما مجموعه ست وحدات انحراف معياري متساوية . أما فـي حال العينات الصغيرة فيتقلص مدى العلامات ليقترب من خمـس وحـدات انحـراف معياري فقط. ويقابل متوسط توزيع العلامات الخام في الحالتين العلامة "صفر" علـى مقياس علامات "ز" والعلامة(50) على مقياس "ت" (الزعبي، 2009).

وهنالك عدد من الشروط لا بد من توافرها في الاختبار الجيد، فقـد تكلمنـا عـن بعض المتطلبات الهامة في القياس النفسي، وهي: الموضوعية، والتقنـين، والمعـايير. وإلى جانب ذلك هناك شرطان أساسيان لهما الأهمية القصوى وهمـا شـرطا الثبـات والصدق. فالثبات يعني اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفـس الأفـراد إذا أعـدنا اختبارهم بالمقياس نفسه أو بصورة مكافئة له. أما الصدق فيعتبـر أهـم مـستلزمات المقياس الجيد ويعني درجة قياس الاختبار فعليا لما يدعي أنه يقيسه (عودة، 2005).

16.1.2 أساليب بناء المقاييس

هنالك العديد من أساليب بناء المقاييس منها أسلوب ليكرت(Likert Technique) أو ما يسمى بأسلوب التقدير الجمعي (Summated Rating) ويعد هذا الأسلوب من أكثـر المقاييس شيوعاً، وهو يتكون من مجموعة من الفقرات الايجابية والسلبية متساوية العدد تقريباً، وتقدم لأفراد العينة، ويطلب منهم الاستجابة عليها باختيار واحـدة مـن فئـات التدريج، والتي تعبر عن درجة موافقتهم أو عدم موافقتهم، ثم تجمع العلامـات علـى

الفقرات، بحيث يحصل الأفراد ذوو الاتجاه الايجابي المرتفع، على درجات أعلى من أولئك ذوي الاتجاه السلبي نحو السمة (علام، 2002).

ويتم بناء مقياس ليكرت، وفقا للخطوات الآتية:

1- صياغة واضحة ودقيقة لعدد من الفقرات ذات صلة بالسمة المراد قياسها، استرشاداً بمعايير ادوارد، ولكل فقرة تدريج من عدة فئات، تبدأ من موافق بشدة إلى غير موافق بشدة.

2- يطبق المقياس بصورته الأولية على عينة استطلاعية من نفس مجتمع الدراسة، حيث يطلب من المستجيب أن يشير إلى الفئة التي تعبر عن اتجاهه المتعلق بكل فقرة.

3- تحسب العلامة الكلية للمستجيب بجمع قيم الإجابات عن كل الفقرات التي يتضمنها المقياس، مع ملاحظة أنه في حالة التدريج الخماسي مثلاً، تعطى الدرجات (1،2،3،4،5) للإجابات (غير موافق بشدة، غير موافق، محايد، موافق، موافق بشدة) على الترتيب ، مع مراعاة أن تعكس الدرجات في حالة الفقرات السلبية، بمعنى أن تعطى الإجابة غير موافق بشدة الدرجة (5) وهكذا....

4- تحسب معاملات التمييز للفقرات، ليتم اختيار الفقرات ذات التمييز العالي، واستبعاد الفقرات ذات التمييز المنخفض.

5- ترتب الفقرات المتبقية التي تم اختيارها في المقياس بطريقة عشوائية، ويطبق المقياس على العينة التي تم اختيارها من مجتمع الدراسة. واستخدم أسلوب ليكرت في العديد من دراسات قياس الاتجاه، هدف بعضها إلى تقصي أثر عدد فئات التدريج في الخصائص السيكومترية للمقياس وقد تباينت نتائج هذه الدراسات، حيث أفادت أن زيادة عدد فئات التدريج –بشكل عام- يزيد من ثبات المقياس، مثل: دراسة (Masters, 1974) (علام،2002).

2.2 الدراسات السابقة:

هدفت الدراسة الحالية إلى دراسة قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية وقياس درجة القلق من المستقبل من خلال بناء مقياس يتمتع بخصائص سيكومترية مقبولة، ونتناول في هذا الفصل عرضاً للدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة التي تم التوصل إليها، حيث تم مسح الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الحديث عن قلق المستقبل، والأداة المستخدمة في قياسه وفيما يلي عرضاً للدراسات المتوفرة :

ففي دراسة (Molin,1990)، التي هدفت إلى تقديم مساعدات ، وتدخلات نفسية لمساعدة الأطفال الذين يعانون من قلق المستقبل. وتكونت عينة الدراسة من (10) أطفال. واستخدم الباحث عدة أدوات منها المقابلة. أشارت النتائج إلى أهمية تقديم مساعدات، وتدخلات نفسية يمكنها مساعدة الأطفال والمراهقين الذين يعانون من قلق المستقبل عن طريق توضيح البدائل، والنتائج المختلفة في حياتهم، واستخدام منظور المستقبل وتشجيعهم على عمل تعريفات مختلفة للموقف الحالي والذي يمكن تغييره بسهولة.

وهدفت دراسة (أبو زيد، 1992)، إلى تعرف النظرة المستقبلية لدى شباب الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (300)طالباً وطالبة من طلبة الفرق النهائية بجامعة عين شمس.واشتملت أدوات الدراسة على مقياس النظرة المستقبلية . أشارت النتائج إلى أن الشباب يعيش في حالة من القلق على حياته ومستقبله ونظرته متشائمة نحو المستقبل بسبب عدم قدرته على تحقيق الأهداف.

أما دراسة (Rappaport,1993)، فقد هدفت إلى تعرف أثر التعرض لمحاضرة تحذر من المخاطر البيئية المتوقعة التي تحيط بالكون . وتكونت عينة الدراسة من (54) فرداً تم تقسيمهم إلى مجموعتين (27) فرداً مجموعة تجريبية تعرضت للمحاضرة في صورة تحذيرات وتهديدات، و(27) فرداً مجموعة ضابطة تعرضوا لمحاضرة عادية. واشتملت أدوات الدراسة على مقياس قلق المستقبل .أشارت النتائج إلى زيادة مستوى

المخاوف لدى العينة التجريبية بدرجة دالة إحصائياً، واتجاههم نحو حصر اهتمامهم بالماضي والحاضر دون المستقبل، وهو ما يوضح أن الدفاع النفسي يظهر في صورة قلق مستقبلي.

وبناءا على دراسة (Rappaport,1991)، التي هدفت إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الهدف من الحياة، وكل من قلق المستقبل، وقلق الموت لدى كبار السن. وتكونت عينة الدراسة من (58) من كبار السن واشتملت أدوات الدراسة: مقياس قلق المستقبل، ومقياس قلق الموت. أشارت النتائج إلى أن الهدف من الحياة ارتبط ايجابياً بقلق المستقبل، بينما العلاقة بين قلق الموت، والهدف من الحياة سلبية، وتوقف الشعور بقلق الموت على ظروف الحاضر التي يعيشها الفرد.

وأجرى (Zaleski,1996)، دراسة هدفت إلى تعرف العلاقة بين قلق المستقبل، والتفاعل الاجتماعي، والشعور بالانتماء ونوع التوقعات المستقبلية، بالإضافة إلى مدى تأثير قلق المستقبل على العمليات المعرفية، الانفعالية والسلوكية لدى أفراد العينة. وتكونت عينة الدراسة من (629)طالباً بولنديا، و(487) طالباً أمريكيا. واشتملت أدوات الدراسة عل مقياس قلق المستقبل. أشارت نتائج الدراسة إلى أن الأفراد الذين يحرزون درجات عالية على مقياس قلق المستقبل يسعون دائماً إلى السيطرة، واستخدام استراتيجيات أكثر قوة على من هم أقل منهم شأناً، أو أقل منهم في الدرجات الوظيفية على المستوى المهني.

وهدفت دراسة (معوض، 1996)، إلى تعرف أثر العلاج الديني، والعلاج المعرفي في تخفيف قلق المستقبل. وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من طلاب الجامعة، وقام الباحث بتطبيق برنامجي العلاج الديني والعلاج بالمعنى على الطلاب.أشارت النتائج إلى نجاح العلاج الديني، والعلاج المعرفي في تخفيف قلق المستقبل، إلا أن العلاج المعرفي قد تفوق على العلاج الديني في شدة التأثير العلاجي.

أما دراسة (Powers,1997)، فقد هدفت إلى معرفة تأثير كل من الاكتئاب، والقلق واستعدادات الأفراد للمستقبل وإحداثه. وتكونت عينة الدراسة من (200) فرداً. وقد

استخدم الباحث مقياساً لتقدير الاستجابات السلبية والايجابية للإحداث المستقبلية على أفراد العينة. أشارت النتائج إلى أن القلق والقلق الجسمي يؤثر سلبياً على رؤية أفراد العينة للمستقبل.

أما دراسة (شكري، 1999)، فقد هدفت إلى تعرف التفاؤل باعتباره استعداد كامن داخل الفرد يحدد توقعاته الايجابية العامة إزاء المستقبل، ويربط ايجابياً بالصحة النفسية والجسمية وحسن التوافق والشعور بالسعادة، وأن التشاؤم يعني توقع سلبي للإحداث والفشل والشر وخيبة الأمل. وتكونت عينة الدراسة من (210) طالباً من الجامعة طنطا منهم (85) ذكوراً و (125) إناثاً. واشتملت أدوات الدراسة على مقياس أساليب المواجهة. أشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة بين التفاؤل وأساليب المواجهة الفعالة والتخطيط وقمع الأنشطة المتعارضة، كما أن التشاؤم ارتبط بعدم الانشغال السلوكي والذهني وتصريف الانفعالات والإنكار، أي أن الأفراد المتشائمين كانوا أكثر ميلاً لإبعاد أنفسهم عن المواقف الضاغطة.

وبناءا على دراسة أجراها (حسانين، 2000)، هدفت إلى معرفة العلاقة بين قلق المستقبل وقلق الامتحان وبعض المتغيرات لدى عينة من طلاب الصف الثاني ثانوي. واستخدم الباحث بعض الأدوات، مثل: مقياس قلق المستقبل، ومقياس قلق الامتحان، وتكونت عينة الدراسة من (300) طالباً وطالبة. أشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة بين قلق المستقبل، ومتغيرات الدافعية للإنجاز ومفهوم الذات ومستوى الطموح. أشارت النتائج عن وجود علاقة بين قلق المستقبل، وقلق الامتحان ببعديه الانفعالي، والاضطرابي، ولم تظهر فروقا ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في قلق المستقبل، بينما وجد في قلق الامتحان لصالح الإناث.

وأجرى كل من (Zaleski& Johnson ,2000)، دراسة هدفت إلى معرفة تأثير قلق المستقبل على استراتيجيات تعامل مشرفين مدنيين وعسكريين مع المرؤوسين، وتكونت عينة الدراسة من (146) مشرفاً منهم (82) مشرفاً مدنياً و(63) مشرفاً عسكرياً، أشارت النتائج أن المشرفين الذين حصلوا على درجات مرتفعة في قلق المستقبل كانوا

يستخدمون استراتيجيات أميل إلى القسوة والتسلط في التعامل مع مرؤوسـيهم، مثـل: التهديد والعقاب والإكراه الشخصي، بينما كانت استراتيجيات التعامل لـدى المـشرفين الذين حصلوا على علامات منخفضة في قلق المستقبل مع مرؤوسيهم تتصف بالتعاون.

وفي دراسة (Flynn,2000)، فقد هدفت إلى تعرف العلاقة بـين إحـداث الحيـاة الضاغطة والصدمات وبين التوجه المستقبلي. وتكونت عينة الدراسة من (81) طالبـاً من طلاب الجامعة. اشتملت أدوات الدراسـة علـى جمـع بيانـات عـن الجوانـب الديموجرافية، والخطط المستقبلية، التفاؤل والتشاؤم. أشارت النتائج إلـى أن إحـداث الحياة الضاغطة والصدمات كانت واضحة لدى العينة، كمـا أن تعـرض المـراهقين للضغوط لم يؤثر على التوجه المستقبلي تأثيرا يصل إلى حد الدلالة الإحصائية.

أما دراسة (دياب، 2001). فقد هدفت إلى معرفة فعالية البرنامج الإرشادي الديني المستخدم في تخفيف حدة قلق المستقبل. واشتملت أدوات الدراسة على: برنامج إرشادي نفسي ديني، ومقياس قلق المستقبل. وتكونت عينة الدراسة من (166) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة. أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسـطات درجـات أفراد العينة في المقاس القبلي، ودرجاتهم في القياس البعدي في قلق المستقبل لـصالح القياس البعدي، واستمرارية التأثير الإرشادي الديني بعد مرور فترة المتابعـة، وبـذلك تتضح فعالية الإرشاد النفسي الديني.

وبناءا على دراسة أجراها (Conley,2001)، كان هدفها تحسين البرامج الوقائيـة التي تحاول تخفيف أثار الصدمة والسلوكيات عالية الخطورة لدى المراهقين. وتكونـت عينة الدراسة من (311)مراهقاً، تتراوح أعمارهم ما بـين(11-18) سـنة. أشـارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة دالة بين أعراض الصدمة والتوجه المستقبلي، ووجـود علاقة موجبة دالة بين أعراض الصدمة والسلوك العدواني المنحرف، وعلاقة سالبة بين التوجه المستقبلي والسلوك العدواني.

أما دراسة (رحمة، 2002)، فقد هدفت إلى تكوين صورة واضحة عن تفكير الشباب الجامعي بالمستقبل، وتفصيلاتهم، ورغباتهم، ومشاعرهم نحو القضايا المستقبلية التي من المتوقع أن يواجهوها بعد تخرجهم من الجامعة. وتكونت العينة من(630) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة. واشتملت أدوات الدراسة على استبيان يشتمل على (44) بنداً لمعرفة اتجاهات الطلبة.وكشفت النتائج عن وجود اتجاهات مشتركة لدى معظم أفراد العينة واتجاهات أخرى أقل شيوعاً مثل الاتجاهات الشائعة: تفضيل متابعة الدراسة الجامعية، وتوقع الاستفادة منها في العمل، والدخل، وتفضيل العمل في الوظائف الحكومية، وفي الإشغال المريحة التي تتوافق مع الاختصاص الجامعي، وتحقيق ترقيات سريعة، ومن امثلة الاتجاهات الأقل شيوعا تفضيل العمل لدى القطاع الخاص، وتوقع البطالة المؤقتة، والتفاؤل بالمستقبل.

وتناول الدراسة التي أجرأها (صبري، 2003). فقد هدفت إلى معرفة بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين، وعلاقتها بقلق المستقبل، والدافعية والإنجاز. وتكونت عينة الدراسة من (150) مراهقاً ومراهقة. واشتملت أدوات الدراسة على استبيان يقيس الاتجاه نحو بعض المعتقدات الخرافية، ومقياس قلق المستقبل، ومقياس الدافعية للإنجاز. أشارت النتائج إلى أن الإناث أكثر تصديقا وميلا نحو المعتقدات الخرافية من الذكور، وأن الذكور أكثر دافعية للإنجاز، وقلقا نحو المستقبل من الإناث، كما أن العلاقة بين المعتقدات الخرافية، وقلق المستقبل علاقة طردية في حين أنها علاقة عكسية بين المعتقدات الخرافية، والدافعية للإنجاز.

أما دراسة (عشري، 2004)، فقد هدفت إلى التعرف على تأثير ثقافة وحضارة كل من المجتمع المصري والعماني في استجابة عينات أفرادهما لقلق المستقبل. وتكونت عينة الدراسة من (195) طالباً من طلاب كليتي التربية ينزوي وعبري بسلطنة عمان، ومن (338) من طلاب كليتي التربية والدراسات الإنسانية بجامعة الأزهر. واشتملت أدوات الدراسة على مقياس قلق المستقبل. أشارت النتائج إلى أن للبيئة النفسية والاجتماعية تأثيراتهما على مستوى قلق المستقبل لدى العينة.

وفي دراسة أخرى أجرتها (السبعاوي، 2007)، فقد هدفت إلى التعـرف علـى مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية والعلاقة بين متغير قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية، ومتغيري الجنس (طـلاب وطالبـات) والتخـصص الدراسـي (علمـي وأنساني)، و تكونت عينة الدراسة من (578) طالباً وطالبة، وتوصلت النتـائج إلـى وجود فروق ذات دلالة إحصائياً بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري لمقياس قلـق المستقبل، ولصالح القيمة المتحققة، وهذا يعني أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة بشكل عام عال. كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير الجنس ولصالح الإناث كما وجدت وجود علاقة ارتباطيه غير دالـة بين متغير قلق المستقبل ومتغير التخصص الدراسي، ولصالح التخصص العلمي.

وفي دراسة (كرميان، 2008)، فقد هدفت إلى كشف علاقة سمات الشخصية بقلق المستقبل والوقوف على الفروق الفردية طبقاً للجنس، الحالة الزوجية والعمر لدى عينة البحث المؤلفة من (198) من العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في أسـتراليا (126 من الذكور، و 72 من الإناث) تراوحت أعمارهم مابين (18-58) سـنة.وتـم تطبيق مقياسين، هما: العوامل الشخصية الخمسة الكبرى، وقلق المستقبل.

أظهرت النتائج وجود مستوى عالي من الانبساطية والطيبـة وحيويـة الـضمير والتفتح ومستوى متوسط من العصابية لدى عينة البحث، وكذلك ظهر مستوى عالي من قلق المستقبل، ووجدت علاقة ارتباطيه ذات دلالة بين سـمات الشخـصية (المقيـاس الرئيسي) مع قلق المستقبل، ولم تظهر علاقة ارتباطيه بين قلق المستقبل وكل من سمات الشخصية التالية: الانبساطية، الطيبة، حيوية الضمير، والتفتح، بينما ظهـرت علاقـة ارتباطيه بين قلق المستقبل والعصابية، ولم تظهر فروق دالة في الجنس والعمر.

يتضح من الدراسات السابقة إلى انتشار قلق المستقبل لدى الشباب وخاصة طلبة الجامعة وهذا ما أكدته دراسة (أبو زيد، 1992)، ودراسة (معوض، 1996)، ودراسة (شكري، 1999)، ودراسة (عشري، 2004)، ودراسة(Flynn,2000).

أما الدراسات التي تناولت قلق المستقبل لدى فئـة المـراهقين دراسـة صـبري (2003)، وكذلك دراسة (conley,2001).

أما دراسة (Rappaport,1993) فقد تناولت قلق المستقبل لدى كبار السن. ودراسة (Molin,1990) تناولت قلق المستقبل لدى الأطفال.

أشارت بعض الدراسات إلى أن هناك فروق في قلق المستقبل لصالح الذكور كدراسة (صبري، 2003). بينما أشارت دراسات أخرى إلى أن الفروق لصالح الإناث مثل دراسة (السبعاوي، 2007) وهناك دراسة (حسانين، 2000) التي بينت أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في قلق المستقبل.

وأكدت دراسة (السبعاوي، 2007) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تعزى للكلية ولصالح الكليات العلمية على الإنسانية.

كما تنوعت الأساليب العلاجية والإرشادية بفنياتها المختلفة في خفض اضطرابات قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، فقد أشارت دراسة (دياب،2001) إلى فعالية البرنامج الإرشادي الديني، وأشارت دراسة (معوض، 1996) إلى نجاح العلاج الديني والعلاج المعرفي في تخفيف قلق المستقبل، وقد أشارت إلى تفوق العلاج المعرفي على العلاج الديني في شدة التأثير العلاجي.

ويتضح أن الدراسة الحالية تناولت أبعاد جديدة لقلق المستقبل لم يتم تناول هذه الإبعاد في دراسات سابقة على حد علم الباحثة ، وهذه الأبعاد هي:(البعد البيئي، والبعد الديني، والبعد الاعلامي) وتعد لهذه الابعاد الاثر الكبير المسبب لقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات، كما اتفقت هذه الدراسة مع بعض الأبعاد الواردة في الدراسات السابقة وهذه الإبعاد هي: (كالبعد النفسي، والبعد الاجتماعي، والبعد الاقتصادي).

الفصل الثالث
المنهجية والتصميم

يتضمن الفصل على وصف لمجتمع الدراسة وعينتها، وعرضا لخطوات بناء أداة الدراسة واشتقاق خصائصها السيكومترية، واستخراج معايير تفسير الـدرجات علـى المقياس.

1.3 مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلبة الجامعات الحكومية في الأردن والتي عددها (11) جامعة وهي:(الجامعة الأردنية، جامعة اليرمـوك، جامعـة مؤتـة، جامعـة العلـوم والتكنولوجيا، جامعة آل البيت، الجامعة الهاشمية، البلقاء التطبيقية، جامعة الحسين بـن طلال، جامعة الطفيلة التقنية، جامعة الأميـرة سـمية للتكنولوجيا،الجامعـة الأردنيـة الألمانية).وقد تم تطبيق المقياس في الفصل الصيفي من العام الدراسـي(2013/2012) على طلبة الجامعة.

2.3 عينة الدراسة

لتحقيق أغراض الدراسة تم استخدام ست عينات في هذه الدراسة وهي:

1- نظرا لكبر حجم مجتمع الدراسة، فقد تم اخذ جامعة مؤتة بطريقة العينة ألقـصديه كعينة ممثلة لمجتمع الدراسة وذلك لأن جامعة مؤتة تضم طلبة من كافة محافظات المملكة من الشمال إلى الجنوب كباقي الجامعات الحكومية فـي الأردن، وبـسبب وجود الباحثة داخل الجامعة سهل العمل واختيار العينات من الطلبة، وبـذلك تـم اختيار جامعة مؤتة لأنها تمثل عينة متكاملة لهذه الدراسة

2- العينة الاستطلاعية الأولى: تم اختيار عينة عشوائية من طلبة جامعة مؤتـة بلـغ عددها (100) طالب وطالبة في شعب مساقات لمتطلب (الإجباري للجامعة) بحيث تتضمن هذه الشعب من كافة التخصصات في الجامعة، حيث وزع عليهم سـؤال مفتوح وطلب من الطلبة الإجابة على السؤال وهو أبرز ما يقلقهم من المستقبل.

3- العينة الاستطلاعية الثانية: تم اختيار شعبة من شعب مادة مبادئ علم النفس في جامعة مؤتة كونها من المساقات التي يسجل فيها الطلبة من مختلف التخصصات، حيث وزع المقياس في صورته الأولية على (30) طالباً وطالبة تم اختيارهم عشوائيا، بهدف التحقق من وضوح فقرات المقياس ، وحساب الوقت المستغرق في الإجابة عن فقرات المقياس.

4- عينة التطبيق الكلية تم اختيار عينة عشوائية طبقية باختيار مجموعة من الطلبة من كلا الجنسين ومن عدة تخصصات ومن مستويات دراسية مختلفة، وبلغ حجم العينة (714) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة. والجدول (1) يبين توزيع عينة الدراسة حسب متغيري النوع الاجتماعي والكلية.

جدول(1)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيري الجنس والكلية

		الكلية		**المجموع**
		علمية	إنسانية	
النوع الاجتماعي	ذكر	205	146	351
	أنثى	178	185	363
المجموع		383	331	714

5- عينة الثبات: تم تطبيق المقياس على عينة من الطلبة تم اختيارهم عشوائيا من العينة الكلية بلغ حجمها (40) طالب وطالبة، وتم إعادة تطبيق المقياس مرة أخرى على نفس أفراد العينة لتقدير ثبات المقياس.

6- عينة الصدق التمييزي :تم اختيار عينة بلغ حجمها (100) طالب وطالبة من عينة التطبيق الكلية تم اختيارهم عشوائيا بهدف حساب الصدق التمييزي للمقياس.

3.3 أداة الدراسة:

تم بناء مقياس قلق المستقبل لطلبة الجامعات الأردنيـة الحكوميـة مـن خـلال الخطوات الآتية:

1- الاطلاع على الكتب والدوريات والإطار النظري في مجال علم النفس التي تناولت القلق بصورة عامة، وقلق المستقبل بصورة خاصة.

2- الاطلاع على بعض الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت قلق المستقبل، مثـل: دراســة (Molin,1990؛ Rappaport,1993؛ Zaleski,1996؛ حــسانين، 2000؛ السبعاوي،2007).

3- الاطلاع على بعض المقاييس العربية والأجنبية التي أعدت لقياس قلـق المـستقبل ومنها (Zaleski,1996؛ شقير، 2005؛ كرميان، 2008).

4- تم طرح سؤال مفتوح على عينة استطلاعية من طلبة جامعة مؤتة للوقوف علـى أبرز ما يقلق الطلبة من المستقبل.

5- تحديد مجموعة من الأبعاد الفرعية التي يتضمنها المقياس في صورته الأولية، وتم صياغة الفقرات التي يتضمنها كل بعد، وهذه الأبعاد هـي (اجتمـاعي، نفـسي، اقتصادي،بيئي، ديني،إعلامي)، كما تم تحديد مفهوم كل بعد من الأبعاد الستة من اجل توزيع الفقرات عليها.

6- تم بناء مقياس قلق المستقبل بصورته الأولية، وقد تم مراعاة أن يعكس مـضمون الفقرات الأبعاد التي تنتمي إليها، والوقوف على مدى ملاءمتها لطبيعة المجتمـع التي سوف يطبق عليها المقياس.

7- عُرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين المختـصين بهـدف الاستفادة من خبرتهم في هذا المجال،حيث تم عرض المقياس على (15) محكمـاً متخصصين في القياس والتقويم، وعلم النفس، والبيئة،وعلم الاجتماع، والاقتصاد، والشريعة، وذلك للتحقق من وضوح الفقرات وملاءمتها للأبعاد، وتم تعديل بعض الفقرات في ضوء المقترحات التي أوصى بها المحكمين.

8- طبق المقياس على عينة استطلاعية من طلبة جامعة مؤتة، وبلـغ حجمهـا (30) طالباً وطالبة. وبناءاً على هذا الأجراء، تم تعديل بعض الفقرات الغامضة بالنسبة للعينة التي طبق عليها المقياس بصورته الأولية مع وضع التعليمات التي تـسهل على الطلبة استخدام المقياس.

9- طُبق المقياس على عينة التطبيق الرئيسية في الدراسة بهدف اشتقاق الخـصائص السيكومترية للمقياس (الصدق والثبات) في صورته النهائية، فقد تم التأكـد مـن صدق بناء المقياس باستخدام التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية، وذلـك لمعرفة مدى تشبع كل فقرة على البعد الذي تنتمي إليه، ولمعرفة عدد العوامل التي ظهرت في المقياس، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجـة الكلية لكل بعد من الأبعاد الستة، وبين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، وتـم حساب الصدق التمييزي للمقياس بعد تطبيق المقياس على عينة بلغت (100) طالباً وطالبة من عينة التطبيق الكلية تم اختيارهم عشوائياً، وتم حساب صدق المحـك التلازمي، من خلال تطبيق مقياس قلق المستقبل(لشقير، 2005) مع مقياس قلـق المستقبل المعد لهذه الدراسة على نفـس أفـراد العينـة الاسـتطلاعية البـالغ عددها(40) طالباً وطالبة، ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بـين اسـتجابات الطلبة على المقياسين ككل. وتم التأكد من ثبات المقياس بطريقة الاستقرار، وتـم التأكد من ثبات الاتساق الداخلي وذلك باستخدام معادلة كرونباخ الفا لتقدير معامل الاتساق الداخلي بين فقرات كل بعد من أبعاد المقياس وعلى فقرات المقياس ككل، وبذلك تم التوصل إلى الصورة النهائية لمقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية.

4.3 تصحيح المقياس

تم أتباع أسلوب ليكرت (Likert Technique) في بناء مقياس قلق المستقبل، وكانت الاستجابة على الفقرات وفق سلم تدريج خماسي، حيث تم مراعاة مايلي:

1- الفقرات الايجابية والسلبية بحيث يعطى سلم للفقرات الايجابية أوافق بشدة درجة، وأوافق درجتين، ومحايد(3) درجات، ولا أوافق(4)درجات، ولا أوافق بشدة(5) درجات، بينما يعطى سلم الإجابة للفقرات السلبية أوافق بشدة(5) درجات، وأوافق(4) درجات، ومحايد(3)، ولا أوافق درجتين، ولا أوافق بشدة درجة واحدة، وبذلك تكون أعلى علامة للفقرة(5)، وأقل علامة(1).

2- حساب درجة الطالب من خلال جمع الدرجات على كل بعد من الأبعاد، بحيث تعكس الدرجات العالية وجود قلق مستقبل مرتفع، في حين الدرجات المنخفضة تعكس قلق مستقبل منخفض. فالبعد النفسي تتراوح الدرجات فيه ما بين (8-40)، بحيث أن الدرجة (8) تعكس عدم وجود قلق من المستقبل في حين الدرجة (40) تعكس قلق مستقبل مرتفع، في حين تشير الدرجة (24) إلى درجة قلق مستقبل متوسطة، وهكذا بالنسبة لكل بعد من إبعاد المقياس.

3- حساب درجة الطالب الكلية على فقرات المقياس والتي عددها(39) فقرة، وبذلك بجمع التقديرات على كل فقرة ، علما بأن الدرجة الكلية الخام تتراوح من(39-195) درجة، بحيث تعكس الدرجات العالية وجود قلق مستقبل مرتفع، في حين الدرجات المنخفضة تعكس قلق مستقبل منخفض. فالدرجة (39) تشير إلى قلق مستقبل منخفض، في حين الدرجة (195) تشير إلى قلق مستقبل مرتفع، وتمثل الدرجة (117) قلق مستقبل متوسط.

والجدول(2) يبين مستويات الأداء على مقياس قلق المستقبل في كل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس ككل .

جدول(2)

مستويات الأداء على مقياس قلق المستقبل في كل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس ككل

البعد	قلق مستقبل منخفض	قلق مستقبل مرتفع	قلق مستقبل متوسط
البعد النفسي	8 – 18	30- 40	19 – 29
البعد الاجتماعي	6- 13	23 - 30	14 – 22
البعد البيئي	6 – 13	23 - 30	14 – 24
البعد الاقتصادي	6 -13	23 - 30	14 – 24
البعد الاعلامي	7 – 16	26 - 35	17 – 25
البعد الديني	6 – 13	23 - 30	14 – 25
المقياس ككل	39 – 91	144 - 195	92 - 143

5.3 الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية:

للتأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل تم التأكد من المؤشرات التالية:

1- صدق الاختبار:

يعد الصدق من المميزات المهمة في مجال المقاييس والاختبارات النفسية. ويكون المقياس صادقاً مادام يقيس ما وضع لأجله بصورة جيدة، حيث أن صدق المقياس متعلق بما يقيسه فعلاً (عودة، 2005). وللتأكد من صدق المقياس نقوم بالإجراءات التالية:

أ-صدق المحتوى: تم التحقق من صدق المحتوى من خلال صدق المحكمين،حيث تم عرض المقياس على (15) محكماً متخصصين في القياس والتقويم، وعلم النفس، والبيئة، والاقتصاد، والشريعة، وذلك للتحقق من وضوح الفقرات وملاءمتها

للأبعاد، وتم تعديل بعض الفقرات في ضوء توجيهات المحكمـين، فقـد تكـون المقياس في صورته الأولية من (52) فقرة، وعلى ضوء توجيهات المحكمين تـم التوصل إلى (39) فقرة بصورته النهائية.

ب- صدق البناء الداخلي: تم التأكد من صدق البناء الداخلي لمقياس قلق المستقبل من خلال:

1- حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد من الأبعاد الستة، وبين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس.

2- استخدام التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية (Principle Component Method) ، واستخدام طريقة التدوير المتعامد (الفاريماكس)(Varimax Rotation) وذلك للحصول على أقصى ما يمكن من التباين المفسر.

ج-صدق المحك التلازمي: تم التأكد من صدق المحك التلازمي من خلال تطبيق مقياس قلق المستقبل (الشقير، 2005) مع مقياس قلق المستقبل المعد لهذه الدراسة على نفس أفراد العينة البالغ عددها(40) طالباً وطالبة، ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين استجابات الطلبة على أبعاد المقياسين وبين استجابات الطلبة على المقياسين ككل.

د- الصدق التمييزي: تم باستخدام الاختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفـرق بين المجموعتين العليا والدنيا في درجات كل فقرة من فقرات المقياس حيث عدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائيـة الجدولية.

2- ثبات الاختبار

يختص الثبات بمدى الوثوق بالدرجات التي نحصل عليها من تطبيـق الاختبـار؛ بمعنى أن هذه الدرجات أو النتائج يجب إلا تتأثر بالعوامل التـي تعـود إلـى أخطـاء الصدفة، فهو يعني دقة الاختبار أو اتساقه (عودة، 2005).

تم تقدير الثبات بطريقتين هما:

أ- ثبات الاستقرار(Stability Reliability): تم التحقق من ثبات المقياس بهذه الطريقة من خلال تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددها(40) طالباً وطالبة، وتطبيقه مرة أخرى على نفس الأفراد وتحت نفس الظروف بعد مـرور أسبوعين، وحساب معامل الارتباط باستخدام معادلة بيرسون بين التطبيقين.

ب- ثبات الاتساق الداخلي (Internal Consistency Reliability): تم استخدام معادلـة كرونباخ الفا لتقدير معامل الاتساق الداخلي بين فقرات كل بعد من أبعاد المقيـاس وعلى فقرات المقياس ككل. وقد تم ذلـك علـى العينـة الاسـتطلاعية والبـالغ عددها(40).

6.3 المعالجات الإحصائية:

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1- الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية.

2- معامل كرونباخ الفا لحساب ثبات الاستقرار الداخلي.

3- معامل ارتباط بيرسون لحساب صدق المحك، وثبات الاستقرار، وصـدق البنـاء الداخلي للمقياس.

4- اختبار الفروق بين متوسطات (ت) للكشف عن الصدق التمييزي للمقياس.

5- تحليل التباين الثنائي لحساب مدى تأثير النوع الاجتماعي والكلية والتفاعل بينهما على درجة قلق المستقبل.

5- التحليل العاملي لمعرفة عدد العوامل المشبعة على فقرات المقياس.

6- حساب الرتب المئينية والعلامات المعيارية (الزائية والتائية).

الفصل الرابع
عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

1.4 عرض نتائج الدراسة

يتضمن هذا الفصل عرضا لأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة والتي تهدف إلى بناء مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية، والتعرف إلى الخصائص السيكومترية للمقياس، كما سيتم في هذا الفصل مناقشة نتائج كل سؤال من أسئلة الدراسة، وعرضا للتوصيات على النحو الأتي:

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

ما دلالات الصدق في مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم إجراء ما يلي:

أولاً: صدق المحتوى: تم التحقق من صدق المحتوى من خلال صدق المحكمين،حيث تم عرض المقياس على (15) محكما متخصصين في القياس والتقويم، وعلم النفس، والبيئة،وعلم الاجتماع، والاقتصاد، والشريعة، وطلب منهم إبداء الرأي ومراجعة فقرات المقياس من حيث مدى وضوح الفقرات ومناسبة الفقرات لقياس قلق المستقبل،ومدى ملائمة كل فقرة للبعد الذي تنتمي إليه، وتعديل وحذف أي من الفقرات التي يرون أنها لا تحقق الهدف من المقياس، وتم تعديل الفقرات وفق ما اتفق عليه (80%) من المحكمين.

ثانياً: التحقق من صدق البناء الداخلي لمقياس قلق المستقبل لطلبة الجامعات الأردنية الحكومية وتم من خلال: 1-استخدام التحليل العاملي التوكيدي بطريقة المكونات الأساسية، متبوعة بطريقة التدوير المتعامد؛ وذلك لجعل التباين المفسر أقصى ما يمكن.

والجدول(3) يبين قيم الجذر الكامن للعوامل الستة ونسبة التباين الذي يفسره كل عامـل والنسبة التراكمية للتباين. كما يبين الجدول(4) تشبع الفقرات على عوامل المقياس.

الجدول(3)

قيم الجذر الكامن ونسبة التباين والنسبة التراكمية للتباين

العامل	الجذر الكامن	نسبة التباين	نسبة التباين التراكمية
1	6.976	17.887	17.887
2	4.645	11.910	29.797
3	4.096	10.502	40.299
4	3.006	7.708	48.007
5	2.282	5.851	53.857
6	1.968	5.045	58.903

يتضح من الجدول (3) هناك ستة عوامل تشبعت عليها فقرات المقياس فسرت ما نسبته(58.903%) من التباين. وأن قيم الجذر الكامن للعوامل الستة على التوالي كانت (6.976،4.645 ،4.096، 3.006، 2.282، 1.968)

جدول(4)

تشبع الفقرات على العوامل الستة

الفقرة	العوامل					
	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
الفقرة1	**.815**	-.218	-.061	-.022	.186	.007
الفقرة2	**.799**	-.126	-.064	-.037	.164	-.071
الفقرة3	**.806**	-.235	-.048	-.014	.205	.003
الفقرة4	**.859**	-.177	-.067	-.031	.065	-.024
الفقرة5	**.781**	-.035	.055	.084	.034	.019
الفقرة6	**.590**	.141	.177	.246	-.174	.071

الفقرة7	**.529**	.367	.149	.229	-.308	-.035
الفقرة8	**.464**	-.101	.247	.169	-.254	.075
الفقرة9	.084	.285	-.023	**.722**	-.127	.035
الفقرة10	.007	.240	.066	**.786**	-.063	-.021
الفقرة11	.062	.148	.011	**.789**	.040	.019
الفقرة12	.086	-.153	.063	**.722**	.102	.052
الفقرة13	.020	.073	-.011	**.763**	.014	-.001
الفقرة14	.054	-.260	.092	**.665**	.192	.055
الفقرة15	.021	.079	.093	.157	**.655**	.122
الفقرة16	.094	-.270	.110	-.011	**.718**	.069
الفقرة17	-.007	.203	.030	.106	**.659**	.096
الفقرة18	.064	-.141	.075	-.026	**.738**	.121
الفقرة19	.098	-.295	.054	-.106	**.728**	.181
الفقرة20	.008	-.194	.056	.009	**.716**	.148
الفقرة21	.043	-.060	.109	.097	.176	**.722**
الفقرة22	-.008	-.079	.112	.019	.110	**.779**
الفقرة23	.067	-.264	.072	-.023	.217	**.703**
الفقرة24	.021	-.034	.045	-.055	.051	**.783**
الفقرة25	-.027	-.258	.073	.024	.146	**.631**
الفقرة26	-.059	.012	.078	.059	.028	**.677**
الفقرة27	-.037	-.035	**.745**	.027	.067	.044
الفقرة28	.030	.105	**.767**	.081	-.010	.083
الفقرة29	.024	-.118	**.731**	.008	.097	.028
الفقرة30	.063	-.219	**.700**	-.059	.176	.064

الفقرة31	.056	-.266	**.617**	-.042	.145	.116
الفقرة32	-.049	.081	**.752**	.073	-.049	.051
الفقرة33	.057	.087	**.696**	.075	.012	.132
الفقرة34	-.075	**.463**	-.146	-.198	.064	-.167
الفقرة35	-.163	**.775**	-.078	.043	-.108	-.135
الفقرة36	-.115	**.755**	-.008	.178	-.232	-.045
الفقرة37	-.117	**.803**	.016	.216	-.270	-.059
الفقرة38	-.028	**.508**	-.027	-.028	.095	-.122
الفقرة39	-.136	**.814**	-.028	.186	-.171	-.073

يبين الجدول (4) نتائج التحليل العاملي التوكيدي حيث كشفت نتائج التحليل عن وجود ستة عوامل تشبعت عليها فقرات المقياس بدرجة تزيد عن (0.3) ضمن محك جتمان. فقد تشبعت الفقرات(1-8) على العامل الأول حيث تراوحت قيم التشبعات (0.464-0.856) أما الفقرات من (9-14) فقد تشبعت على العامل الرابع وتراوحت قيم التشبعات ما بين (0.665-0.789)، والفقرات من (15-20)تشبعت على العامل الخامس وتراوحت قيم التشبعات ما بين (0.655-0.738)، والفقرات من (21-26) فتشبعت على العامل السادس وتراوحت قيم التشبعات ما بين(0.631-0.783)، والفقرات من (27-33) تشبعت على العامل الثالث وتراوحت قيم التشبعات ما بين(0.617-0.767)، والفقرات من (34-39) تشبعت على العامل الثاني ما بين(0.463-0.814).ومن خلال نتائج التحليل العاملي يتضح أن المقياس تكون من ستة أبعاد وهي (الاجتماعي، البيئي، النفسي، الاقتصادي، الديني، الإعلامي) وقد احتوى البعد الاجتماعي على (6) عبارات، وبعد البيئي (6)عبارات، والبعد النفسي(8)، والبعد الاقتصادي(6) عبارات، والبعد الديني(6) عبارات، والبعد الإعلامي(7) عبارات. والجدول(3) يبين أبعاد مقياس قلق المستقبل وأرقام العبارات التي تعبر عن كل بعد.

جدول (5)

أبعاد المقياس وأرقام العبارات التي تعبر عن كل بعد

أبعاد المقياس	أرقام العبارات في كل بعد
البعد النفسي	1،2،3،4،5,6,7,8
البعد الاجتماعي	9،10،11،12،13،14
البعد البيئي	،15،16،17،18،19،20
البعد الاقتصادي	21،22،23،24،25،26
البعد الإعلامي	27،28،29،30،31،32،33
البعد الديني	34،35،36،37،38،39

وقد كانت الفقرات التالية فقرات سلبية في مقياس قلق المستقبل 1،2،3،4،5،6،7،8،9،10،11،12،13،14،15،16،17،18،19،20،21،22،23،24، 25،26،27،28،29،30،31،32،33،36.

وكانت الفقرات (34،35،37،38،39) فقرات ايجابية في المقياس.

2- حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد من الأبعاد الستة والجدول (6) يوضح ما يلي

جدول(6)

نتائج ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

الفقرة	البعد النفسي	الفقرة	البعد الاجتماعي	الفقرة	البعد البيئي
1	**0.78	9	**0.75	15	**0.44
2	**0.77	10	**0.80	16	**0.55
3	**0.77	11	**0.80	17	**0.39
4	**0.82	12	**0.72	18	**0.61
5	**0.77	13	**0.78	19	**0.62
6	**0.66	14	**0.67	20	**0.52
7	**0.58				

8	**0.58				
21	**0.75	27	**0.74	34	**0.53
22	**0.79	28	**0.75	35	**0.85
23	**0.78	29	**0.74	36	**0.81
24	**0.77	30	**0.74	37	**0.86
25	**0.71	31	**0.69	38	**0.53
26	**0.67	32	**0.74	39	**0.86
		33	**0.70		

يتضح من الجدول(6) أن هناك ارتباط قوي بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة البعد النفسي ما بين (0.58-0.82)، وبين درجة الفقرة ودرجة البعد الاجتماعي ما بين(0.67-0.80)، وبين درجة الفقرة ودرجة البعد البيئي ما بين (0.39– 0.62)، وبين درجة الفقرة ودرجة البعد الاقتصادي (0.67 - 0.79)، وبين درجة الفقرة ودرجة البعد الاعلامي (0.69 -0.75)، وبين درجة الفقرة ودرجة البعد الديني (0.53 -0.86)، وجميعها دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.01$).

ثالثا: حساب صدق المحك التلازمي للمقياس، بعد أن تم تطبيق مقياس قلـق المـستقبل على أفراد عينة تقدير الثبات والبالغ عددها (40) طالب وطالبة وهم من افراد العينـة الكلية تم اختيارهم عشوائيا، تم تطبيق مقياس قلق المستقبل لزينب شقير علـى نفـس أفراد العينة في نفس الوقت وفي نفس الظروف، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين العلامة الكلية للمقياسين وبلغت قيمته (**0.73) وكانت القيمة دالـة احـصائيا عنـد مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.01$). وبذلك نستنتج وجود مؤشر للصدق التلازمي في مقيـاس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية.

رابعا: حساب الصدق التمييزي ، فقد تم حسابه باستخدام اختبار (ت) بعد أن تم تطبيـق المقياس على العينة الكلية، وتم اخذ عينة الصدق التمييزي الذين تم اختيارهم عـشوائياً من العينة الكلية،وبلغ حجم عينة الصدق التمييزي(100) طالبـاً وطالبـة وباسـتخدام الاختبار(ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا للمقياس ككل ولكل بعد من أبعاد المقياس وكانت النتائج على النحو المبين بالجدول (7).

جدول(7)

نتائج اختبار دلالة الفروق (ت) بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطلبة لأبعاد المقياس وللمقياس ككل

	الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت	الدلالة
المقياس ككل	العليا الدنيا	27 27	137.33 116.41	7.08 8.12	52	10.095	**0.000
البعد النفسي	العليا الدنيا	27 27	25.19 17.67	3.45 3.59	52	7.837	**0.000
البعد الاجتماعي	العليا الدنيا	27 27	24.33 14.78	2.40 4.39	52	9.925	**0.000
البعد البيئي	العليا الدنيا	27 27	25.81 16.70	2.15 2.74	52	13.586	**0.000
البعد الاقتصادي	العليا الدنيا	27 27	26.00 19.44	2.53 3.45	52	7.972	**0.000
البعد الإعلامي	العليا الدنيا	27 27	29.93 23.63	1.57 4.67	52	6.646	**0.000
البعد الديني	العليا الدنيا	27 27	24.26 6.00	0.81 0.00	52	116.7	**0.000

يبين الجدول(7) وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$) بين المتوسطات الحسابية للعينات المستقلة (مرتفعـي قلـق المـستقبل و منخفـضي قلـق المستقبل)، وبالتالي يمكن استخدامه للكشف عن مستويات قلق المستقبل.

2.1.4 ما دلالات ثبات مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب معامل الثبات بطريقتين، وهما: ثبات الاستقرار وثبات الاتساق الداخلي، حيث تم حساب درجة ثبات الاستقرار عـن طريـق إعـادة الاختبار بحيث طُبق الاختبار مرتين على عينة تألفت من (40) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة، وبفارق زمني مقداره أسبوعان، بعد ذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين استجابات الطلبة على أبعاد المقياس، وعلى المقياس ككل في مرتي التطبيق، والجـدول (8) يبين نتائج ذلك.

جدول(8)

معاملات ثبات الاستقرار بين أبعاد مقياس قلق المستقبل وللمقياس ككل

		البعد النفسي	البعد الاجتماعي	البعد البيئي	البعد الاقتصادي	البعد الإعلامي	البعد الديني	المقياس ككل
أبعاد مقياس قلق المستقبل	البعد النفسي	0.73**						
	البعد الاجتماعي		0.76**					
	البعد البيئي			0.77**				
	البعد الاقتصادي				0.65**			
	البعد الإعلامي					0.77**		
	البعد الديني						0.67**	
	المقياس ككل							0.80**

يتبين من الجدول(8) نتائج معاملات ثبات الاستقرار بين الأبعاد المقيـاس الـستة وللمقياس ككل. حيث بلغت قيمته للمقياس ككل (0.80)، كما تراوحت قيمتـه لأبعـاد المقياس ما بين (0.65-0.77)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05).

أما فيما يتعلق بنتائج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي، فقد تم استخدام كرونباخ الفا، والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول(9)

معامل ثبات كرونباخ الفا لأبعاد مقياس قلق المستقبل وللمقياس ككل

الرقم	أبعاد المقياس	معامل كرونباخ الفا
1	البعد النفسي	0.85
2	البعد الاجتماعي	0.86
3	البعد البيئي	0.77
4	البعد الاقتصادي	0.79
5	البعد الاعلامي	0.82
6	البعد الديني	0.74
المقياس ككل		0.89

يبين الجدول (9) أن معامل الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل لطلبة الجامعات الأردنية الحكومية في عينة (ن=40) بلغ(0.89)، وقد تراوح معامل الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس ما بين (0.74- 0.86).

1.3.4 السؤال الثالث: ما معايير الأداء على مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم اشتقاق معايير الأداء على المقياس، بتحويل الدرجات الخام على المقياس إلى درجات معيارية (زائية)، ثم حولت إلى درجات جديدة بوسـط

حسابي (50)، وانحراف معياري (10). ولمعرفة درجة قلق الطالب مـن المـستقبل ، فأننا نحسب الدرجة الخام له على المقياس، بجمع عدد الإجابات ولنفترض أن الدرجـة كانت على المقياس ككل (58) درجة، ثم بعد ذلك نحدد الرتبة المئينية المقابلة لدرجتـه الخام وهي 14%، أي أن الطالب الحاصل على درجة (58) في المقياس يقـع تحتـه 14% من مجتمع الدراسة.ثم نحدد مستوى القلق من المستقبل للدرجة (58) وهنا لديـه قلق مستقبل منخفض، وقد استخرجت هذه النتيجة من ملحق (ج) كما يمكـن وصـف الطالب بأنه ذو قلق مستقبل منخفض أو متوسط أو مرتفـع مـن خـلال جـدول (2). وينطبق هذا المثال على جميع الدرجات للمقياس ككل ولكل بعد مـن أبعـاد المقيـاس الواردة في الملحق (ج).

2.4 مناقشة النتائج

هدفت هذه الدراسة إلى بناء مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعـات الأردنيـة الحكومية، حيث تم استخراج دلالات الصدق والثبات للمقياس، ودراسـة اثـر النـوع الاجتماعي والكلية والتفاعل بينهما على درجة قلق المستقبل، واستخراج معـايير الأداء على المقياس، وفيما يلي مناقشة النتائج التي تم التوصل إليهـا مـن الدراسـة حـسب الاسئلة.

1.2.4 مناقشة نتائج السؤال الأول

أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الأول أن مقياس قلق المستقبل يتمتع بمؤشـرات صدق جيدة، فقد أظهرت نتائج التحليل العاملي تشبع فقرات المقياس على ستة عوامل، وأن نسبة التباين الذي فسرته هذه العوامل (58.903%)،وأشارت نتائج صـدق البنـاء ارتباط الأداء في الفقرة ارتباطاً دال إحصائياً مع الأداء في النتيجة الكلية للبعـد الـذي تنتمي إليه، وترتبط ارتباطاً دالاً إحصائياً مع الأداء في النتيجة الكلية للمقيـاس ككـل وبالتالي يدعم التماسك الداخلي للمقياس لقياس قلق المستقبل.وأظهرت النتائج أن مقياس

قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية الحكومية يتمتع بصدق محك تلازمي جيـد، وذلك عند تطبيق المقياس على عينة استطلاعية، وتطبيق مقياس زينب شقير على نفس أفراد العينة، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين درجتي المقياسين (0.73). أما النتائج المتعلقة بالصدق التمييزي، فقد أشارت النتائج إلى تمتع المقياس بصدق تمييزي عـالي مما يسمح باستخدام المقياس في الكشف عن قلق المستقبل ومستوياته.

2.2.4 مناقشة نتائج السؤال الثاني:

أشارت النتائج المتعلقة بثبات المقياس عند تطبيقه على عينة الدراسة إلـى تمتـع المقياس بمستوى جيد من الثبات تسمح باستخدامه على الفئة المستهدفة؛ إذ تراوح معامل ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس الستة باستخدام معادلة كرونباخ الفا ما بين(0.74-0.86)، وبلغت قيمته للمقياس ككل (0.89). كما أشارت نتائج الثبات بطريقة الاستقرار إلى تمتع المقياس بمؤشر ثبات جيد، حيث بلغ معامل ثبات الاستقرار للمقيـاس ككـل (0.80)، وتراوح معامل الثبات للأبعاد ما بين(0.65-0.77).

4.2.4 مناقشة نتائج السؤال الثالث:

أشارت النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع إلى أن هناك فئة واسعة من الدرجات التي تمثلت في استجابات الطلبة على المقياس، وتتفق هذه النتيجة مع الافتراض العـام فـي القياس النفسي الذي يفترض أن الأفراد يتوزعون في امتلاكهم للخصائص النفسية بشكل طبيعي، حيث يقع غالبية الأفراد ضمن وسط التوزيع ونسبة قليلة مـن الأفـراد علـى الأطراف.

3.4 التوصيات

في ضوء من النتائج التي توصلت إليها عنها الدراسـة الحاليـة، تقـدم الباحثـة التوصيات التالية:

1-بناء مقياس لقلق المستقبل يحتوي على أبعاد جديدة منها البعد الثقافي والسياسي.

2- عمل برنامج علاجي لعلاج قلق المستقبل على ضوء نتائج المقياس.

3- إجراء دراسة تستهدف الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل ومتغيرات أخرى مثل المستوى الاقتصادي والمستوى الدراسي.

4- تجريب تطبيق المقياس المعد في هذه الدراسة على فئة طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية، وعلى طلبة الدراسات العليا.

5- إجراء المزيد من الدراسات على هذا المقياس بالتحقق من مدى ملائمته لفئات عمرية أخرى.

6- عمل خطة وطنية لأساليب الوقاية والعلاج من قلق المستقبل في المناهج المدرسية والجامعية والمساقات الحديثة لتهتم بالجانب النفسي للطلبة.

7- إجراء دراسة تحليل المسار تكشف العلاقة بين قلق المستقبل ومتغيرات نفسية أخرى.

8- تحليل نتائج الدراسة باستخدام Para Scale.

المراجع

أ) المراجع العربية

إبراهيم، نسرين (2008). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس، القاهرة.

بلكيلاني، إبراهيم (2008). **تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو في النرويج**. رسالة ماجستير غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدنمارك.

تونسي، عديله (2002). **القلق والاكتئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة**. رسالة ماجستير (غير منشورة) مقدمة إلى كلية التربية بجامعة أم القرى بمكة المكرمة.

حسانين،احمد (2000). **قلق المستقبل وقلق الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني ثانوي**. رسالة ماجستير (غير منشورة). جامعة المينا.

حسن، بركات(2008). **مبادئ القياس النفسي**، القاهرة: الدار الدولية للاستثمارات.

حسن، محمود (1999). قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات. **مجلة المستقبل العربي**، العدد (249)،71-85.

الحسيني، عاطف (2011). **قلق المستقبل والعلاج بالمعنى**. القاهرة: دار الفكر العربي.

حمودة، محمود(1991). **الطب النفسي "النفس إسرارها وأمراضها"**، الطبعة2، القاهرة: المطبعة الفنية.

حميدة، إبراهيم (2011). قلق المستقبل لدى الشباب السوداني، **مجلة كلية التربية**، جامعة الأزهر.

الخالدي، أديب (2006). **مرجع في علم النفس الإكلينيكي(المرضي) الفحص والعلاج.** الطبعة الأولى، عمان: دار وائل.

دافيد، روف (1980). مدخل علم النفس، ترجمة: سيد الطواب وآخرون. القاهرة: دار ماكجروهيل للنشر.

دياب، عاشور(2001). فاعلية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، **مجلة البحث في التربية وعلم النفس**،كلية التربية، جامعة المنيا، مجلد 15، العدد الأول.

رحمة، أنطوان (2002). اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو مستقبلهم في مجالات الدراسة والعمل والدخل، **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس**، جامعة دمشق، مجلد1، عدد2، ص 129-170.

الزعبي، احمد (2009). **الموهبة والتفوق والإبداع أساليب الكشف عنها وتوجيهها ورعايتها**. الأردن، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

زهران، حامد(2005).**الصحة النفسية والعلاج النفسي** ، الطبعة 4،القاهرة: عالم الكتب.

أبو زيد، نبيلة (1992). النظرة المستقبلية لدى شباب الجامعة من الجنسين، **مجلة علم النفس**، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب العدد(24)، ص48-61.

زيدان، سها(2007).**هواجس المستقبل عند الشباب دراسة ميدأنية على طلاب جامعة دمشق**، كلية التربية، قسم الإرشاد، جامعة دمشق- سوريا.

السبعاوي، فضيلة (2007).قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي. **مجلة كلية التربية**، جامعة الموصل.

سعود، ناهد (2005). **قلق المستقبل وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم**. رسالة دكتوراه منشورة، جامعة دمشق، سوريا.

شقير، زينب(2005). **مقياس قلق المستقبل**، القاهرة، مكتبة النهضة العربية.

شكري، مايسة(1999). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأساليب مواجهة المشقة، **دراسات نفسية**، المجلد9، العدد الثالث، القاهرة: رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية.

شند، سميرة (2002). دراسة لقلق المستقبل وقلق الموت لدى طلاب الجامعة من منظور متغيري الجنس والتخصص، **مجلة كلية التربية**، جامعة عين شمس، العدد الثالث.

صبري، إيمان(2003). بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين وعلاقتها بقلق المستقبل والدافعية والإنجاز، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، مجلد31، العدد53.

عبد الخالق، أحمد (1987). **قلق الموت**. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.

عبد العال، ايمن (2011).العلاقة بين ممارسة العلاج المعرفي السلوكي ومستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة، **دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية**.

عبد الغفار، عبد السلام(1977). **مقدمة في الصحة النفسية**. القاهرة: دار النهضة العربية.

عبد المحسن، مصطفى(2007). **مدى فاعلية الإرشاد النفسي في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أسيوط.

عثمان، فاروق (2001). **القلق وإدارة الضغوط النفسية**. القاهرة: دار الفكر العربي.

عشري، محمود(2004). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية، دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان، **المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي جامعة عين شمس** 25-12/27.

عكاشة، احمد (1998). **الطب النفسي المعاصر**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

علام، صلاح الدين (2002). **القياس والتقويم التربوي والنفسي: أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة**. القاهرة: دار الفكر العربي.

عودة، احمد (2005). **القياس والتقويم في العملية التدريسية**. عمان: دار الأمل للنشر والتوزيع.

عودة، أحمد و ملكاوي، فتحي (1992). **أساسيات البحث العلمي**. أربد: مكتبة الكتاني.

عيسوي، عبد الرحمن(2001). **الجديد في الصحة النفسية**. الإسكندرية، منشأة المعارف.

العيسوي، عبد الرحمن(2001). **مجالات الإرشاد والعلاج النفسي**. بيروت: دار الراتب الجامعية.

فراج، محمد (2006). قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من ذوي المستويات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المختلفة. **مجلة كلية التربية**، جامعة الإسكندرية،16(2)، 480-501.

فرج، عبد اللطيف،عطية، عز الدين (1987). **علم النفس العسكري**، جدة، دار الشروق.

كتاني، منذر (2007). **بحوث في ظاهرة القلق**، عمان، دار عمار للنشر والتوزيع.

كرميان، صلاح (2008). **سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية باستراليا**، رسالة دكتوراه غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة بالدنمارك.

كريم، عادل (2009). **قلق المستقبل المتعدد وعلاقته بالقلق العام لدى عينتين من المصريين والكويتيين من طلاب الجامعة" دراسة تنبؤية**"، المؤتمر العلمي التربوي النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق 25-27 أكتوبر 2009.

كفافي، علاء الدين(1990). **الصحة النفسية**. جامعة القاهرة، القاهرة: هجر للطباعة والنشر والتوزيع للإعلان.

مراد، صلاح؛ سليمان؛ أمين (2002). **الاختبارات والمقاييس في العلوم النفسية والتربوية خطوات أعدادها وخصائصها**. الكويت: دار الكتاب الحديث.

المشيخي، غالب (2009). **قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الـذات ومـستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلاب جامعة الطائف**. رسالة ماجـستير غيـر منشورة، جامعة الأزهر، غزة.

معوض، محمد (1996) .**اثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفـسي الـديني فـي تخفيف قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة.** رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعـة المنيا.

النابلسي، محمد (1999). **سيكولوجية السياسة العربية**، العرب والمستقبليات. بيروت: دار النهضة العربية.

ويليس، جيمس، ماركس، جون(2012).الطب النفسي المبسط (محاضرات مختصرة في الطب النفسي)، ترجمة : طارق بن علي الحبيب. الرياض: دار الحضارة للنـشر والتوزيع.

ب)المراجع الأجنبية

Conley, Anne Katherine(2001). Post Traumatic Stress Disorder(P.T.S.D) Symptomatology and future orientation :Implications for predicting adolescent delinquency /Aggression. Dissertation. **Abstracts International** 62,5,B,2478

Flynn ,M.(2000) Trauma ,stress ,life events and Future orientation in a community population of older adolescents. **Dissertation Abstracts International** 61,2,A,768.

Good, C.V: **Dictionary of Education**, 3 rd, ed., Mc Grow, Hill book company, New York, 1973.

Molin, Ronald (1990). Future anxiety: Clinical issues of children in the latter phases of foster care . **children And Adolescent Social Work.**7,6,501-512.

Powers, Charles B (1997).The differential effects of the induction of depressive , worrisome , somatic anxity, and neutral Moods on pessimism and certainty about future events : Implications for the anxity depression link. **Dissertation Abstract International**

Rappaport ,Herbert (1991).measuring defensiveness against future anxiety current-psychology :**Research and Reviews**.10,1,65-77.

Rappaport ,Herbert (1993) Future time. death anxiety and life purpose among older adults . **Death studies.** 17,4,369-379.

Ryckman, R.M. (1993).**Theory of Personality**, 5th edition. California: Books/ Cole Publishing Company.

Zaleski Zbigniew (1996). Future anxiety :Concept, measurement, and preliminary research Journal of. **Personality and Individual Differences**.21,2m165-174.

Zaleski, Zbigniew, Janson, Michal, (2000). Effect of future anxiety and locus of control on power strategies used by military and civilian supervisors. From: **http://www.psychologia.sav.sk/sp/2000/sp1-2-00.htm#10**

الملحق (أ)

الصورة الاولية لمقياس قلق المستقبل

الدكتور .... ا ترم

السلام عليكم ور ة ا وبركاته وبعد

تقوم الباحثة بإعداد دراسة لنيل درجة ا اجست صص القياس والتقو ، بعنـوان: " بنـاء مقياس قلق ا ستقبل لدى طلبة ا امعات الاردنية ا كومية ".

ومن متطلبات الدراسة كيم ا قياس الذي بناء فقراته على قلق ا ستقبل من إعداد الباحثة

ونظراً ا تتمتعون به من خ ة علمية، ولكونكم من ذوي الاختصاص هذا ا ال. فيسعد تقد ا قياس إليكم، للاستفادة من ملحوظاتكم وتوجيهاتكم للتأكد من مناسبة فقرات ا قياس وصدقها.لـذا ترجو الباحثة من حضرتكم التفضل بوضع علامة (√) أمام كل عبارة حقل مناسبة حالة مناسـبة العبارة. أو بوضع علامة (√) حقل غ مناسبة حالة عدم مناسبتها، مع وضع التعـديل ا قتـرح ا ناسب.

شاكرة لكم حسن استجابتكم و يل تعاونكم،،،،

الباحثة /

أمل مود الطراونة

أبعاد المقياس	العبارة	مناسبة العبارة للبعد		صياغة العبارة		التعديل ا فترح
		مناسبة	غ مناسبة	مناسبة	غ مناسبة	
	لدي شعور باني لن أحظى بقبول الآخرين لتغيراتي الجسمية المستمرة.					
	تظهر لدي علامات الحزن والتردد من التغيرات الاجتماعية المتوقع حدوثها بالمستقبل					
	عدم تفكيري في المستقبل يشعرني بالأمان.					
	اشعر بالقلق لاعتماد خططي المستقبلية على معدلي الجامعي					
نفسي	تنتابني افكار سلبية مرتبطة دائما بالمستقبل					
	اشعر بالقلق على مستقبلي الدراسي					
	تفكيري بالمستقبل يشعرني بالضيق والصداع					
	تفكيري بالمستقبل يدفعني لتنظيم أوقات العمل لدي					
	يراودني شعور دائم بعدم إكمال دراستي الجامعية					
	عندما لا يكون هناك معنى للحاضر فان لا أمل بالمستقبل					
	يقلقني عدم قدرتي على اتخاذ القرار المناسب المتعلق بالمستقبل					
	أومن بمقولة "انظر الى الجانب الممتلئ من الكأس"					
ابعاد المقياس	العبارة	مناسبة العبارة للبعد		صياغة العبارة		التعديل ا فترح
		مناسبة	غ	مناسبة	غ	

			مناسبة		مناسبة	
	ينتابني شعور بالقلق من إصابتي بمرض خطير مستقبلا.					
	اشعر بالقلق بسبب تنامي ظاهرة العنف الجامعي.					
	لا أثق بمن حولي واشعر بالنفاق بشكل مستمر					
اجتماعـــــي	يقلقنـــــي تفـــشي الواســـطة والمحسوبية في مجتمعي مستقبلا					

<table dir="rtl">
<tr><td></td><td>يقلقني استغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين مصالح خاصة.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>ينتابني شعور بالقلق من إصابتي بمرض خطير مستقبلا.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>يقلقني تغير المعايير الاجتماعية في اختيار شريك الحياة المناسب بالمستقبل</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>يقلقني عدم قدرتي على أنشاء علاقة زوجية ناجحة في المستقبل</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>أؤمن بان الحياة المليئة بالأخطاء أكثر نفعا من حياة فارغة من أي عمل</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>بين خيبة وأخرى انتظر فاجعة بالمستقبل</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="4"></td><td>يقلقني عدم مقدرة الحكومة على تقديم الخدمات العامة بالمستقبل</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>يقلقني اتجاه الحكومات على إنتاج الطاقة النووية</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>.يقلقني التزايد الكبير في حوادث السير</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>اشعر بالقلق من حدوث كوارث طبيعية مستقبلا</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">ابعاد المقياس</td><td rowspan="2">العبارة</td><td colspan="2">مناسبة العبارة للبعد</td><td colspan="2">صياغة العبارة</td><td rowspan="2">التعديل ا فترح</td></tr>
<tr><td>مناسبة</td><td>غ مناسبة</td><td>مناسبة</td><td>غ مناسبة</td></tr>
<tr><td></td><td>يقلقني عدم تفعيل الرقابة الكافية على ما يدخل وطني من غذاء في المستقبل</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>يقلقني شح مصادر المياه في وطني بالمستقبل</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

اقتصـــــــادي	يقلقنـــي الارتفـــاع المتزايـــد فـــي الـضرائب علـى الخـدمات والـسلع بالمستقبل.					
	يقلقنـــي ارتفـــاع أســـعار الخـــدمات الأساسـية مثـل(الكهربـاء والمـاء والمحروقات)					
	لـدي تخـوف مـستقبلا بعـدم قـدرة الــدينار الأردنـــي علـــى الاحتفـــاظ بقيمته.					
	يقلقنـــي الارتفـــاع المتزايــد لأجــور السكن مستقبلا					
	يقلقني ازدياد تكاليف المعيشة					
	أتمنى بان احصل على فرصة عمل مناسبة خارج وطني					
	يقلقنـــي خصخـصة الدولـــة لـــبعض مؤسساتها الحكومية					
اعلامي	اشـــعر بـــان لوســـائل التواصـــل الاجتماعي دور أيحابي في تطوير أفكاري المستقبلية					

ابعاد المقياس	العبارة	مناسبة	غ مناسبة	مناسبة	غ مناسبة	التعديل ا قترح
	الإكثار من الاستغفار كان سببا لتحويل الضيق الى فرج					
	أشعر بالقلق والخوف من ازدياد القنوات الفضائية. أؤمن بأن في الغيب شيء يستحق الصبر					
	أعتقد بأنني غير قادر على مواكبة التقدم والتطور التكنولوجي أؤمن بأن مع العسر يسرا					
	بالمستقبل					

ابعاد المقياس	العبارة	مناسبة العبارة للبعد		صياغة العبارة		التعديل ا قترح
		مناسبة	غ مناسبة	مناسبة	غ مناسبة	
إعلامي	يقلقني غزو افكار الدراما التركية الى مجتمعي					
	اشعر بالقلق عند متابعتي لنشرات الأخبار التي تتناولها بعض وسائل الإعلام					
	يقلقني جرأة بعض البرامج التلفزيونية في طرح بعض القضايا الحساسة وتعميمها بأنها ظاهرة مجتمعية					
	اشعر بالضياع وعدم معرفة الحقيقة عند مشاهدة فضائيات مختلفة في الرأي					
ديني	اعتقد إن الالتزام الديني يحقق مستقبل آمن ومثالي للإنسان .					
	اعتقد أن الإيمان بالقضاء والقدر يشعرني بعدم القلق من المستقبل.					
	اشعر بالقلق من ربط الإرهاب بالدين الإسلامي					
	تقلقني كثرة الفتاوى الدينية المختلفة					
	ارغب بمتابعة الأبراج وقراءة المستقبل بشكل يومي					
	يقلقني انتشار بعض الظواهر الدينية المتطرفة مثل (عبده الشيطان)					
	توكلي على الله يقلل من قلق المستقبل لدي					

بيانات المحكم :

الاسم : **التخصص :**

الدرجة العلمية : **الجهة التابع لها :**

الملحق(ب)

مقياس قلق المستقبل بصورته النهائية

مقياس قلق المستقبل Future Anxiety Scale

أخي الطالب /أختي الطالبة

تحية طيبة

أضع بين يديك الاستبيان الذي يتضمن مجموعة من المواقف صيغت فـي فقـرات تتعلـق بنظرتك تجاه المستقبل، وهو جزء من بحث أكاديمي في مجال القياس والتقـويم . يرجـى قـراءة الفقرات بعناية وتحديد مدى انطباق مضمون العبارة عليك بوضع علامة( )مقابلها تحت رقم البديل الذي يعكس موقفك الحقيقي . لذا ترجو الباحثة التفضل بتأشير الدرجة المناسبة التي تعبر عن وجهة نظرك بما يمكن من الدقة وكما يلي

البديل	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق أبدا
الدرجة	5	4	3	2	1

ليس هناك اجابات صحيحة أو خاطئة. فالأجابة مهما تكون لها قيمتها ويؤخذ بها لكونها صادقة .

إن المقياس لا يتطلب ذكر الاسم وان الهدف الرئيسي منه هو البحث الأكاديمي الصرف.

كما ويرجى بيان المعلومات التالية

النوع الاجتماعي: ذكر ☐ أنثى ☐

الكـــلـــية: علمية ☐ انسانية ☐

الرقم	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	ايد	غ موافق	لا أوافق بشدة
17	يقلقني التزايد الكبير في حوادث السير.					
18	اشعر بالقلق من حدوث كوارث طبيعية مستقبلا					
19	يقلقني عدم تفعيل الرقابة الكافية على ما يدخل وطني من غذاء في المستقبل					
1	لدي شعور بانني لن احظى بقبول الآخرين لتغيراتي الجسمية المستمرة					
20	يقلقني شح مصادر المياه في وطني بالمستقبل					
2	تظهر لدي علامات الحزن والتردد من التغيرات الاجتماعية المتوقع حدوثها بالمستقبل					
21	لدي تخوف مستقبلا بعدم قدرة الدينار الاردني على الاحتفاظ بقيمته					
3	عند تفكيري في المستقبل يشعرني بالأمان					
22	يقلقني الارتفاع المتزايد لأجور السكن مستقبلا					
4	اشعر بالقلق لاعتماد خططي المستقبلية على معدلي الجامعي					
23	يقلقني ازدياد تكاليف المعيشة والارتفاع المتزايد في الضرائب					
5	تنتابني افكار سلبية مرتبطة بالمستقبل					
24	اشعر بالقلق من عدم حصولي على فرصة عمل مناسبة					
6	اشعر بالقلق على مستقبلي الدراسي					
25	يقلقني خصخصة الدولة لبعض مؤسساتها الحكومية					
7	تفكيري بالمستقبل يشعرني بالضيق والصداع					
28	يقلقني ارتفاع أسعار المواد الأساسية (الكهرباء والماء والمحروقات)					
8	[illegible] اتخاذ القرار المناسب [illegible]					
29	يقلقني [illegible]					
9	[illegible] أفكاري المستقبلية					
10	[illegible] القنوات الفضائية.					
11	يقلقني تفشي الواسطة والمحسوبية في مجتمعي مستقبلا					
29	اعتقد بأنني غير قادر على مواكبة التقدم والتطور التكنولوجي بالمستقبل					
12	يقلقني استغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين مصالح خاصة.					
30	يقلقني غزو أفكار الدراما الغربية الى مجتمعي					
13	[illegible]					
31	[illegible] المستقبل					
الرقم	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	ايد	غ موافق	لا أوافق أبدا
14	يقلقني عدم قدرتي على أنشاء علاقة زوجية ناجحة في المستقبل					
15	يقلقني عدم مقدرة الحكومة على تقديم الخدمات الكافية [illegible]					
الرقم	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	ايد	غ موافق	لا أوافق أبدا
32	يقلقني جرأة بعض البرامج التلفزيونية في طرح بعض القضايا الحساسة وتعميمها بأنها ظاهرة مجتمعية					
33	اشعر بالضياع وعدم معرفة الحقيقة عند [illegible]					
16	يقلقني [illegible] في إنتاج الطاقة النووية					

					اعتقد إن الالتزام الديني يحقق مستقبل آمن ومثالي للإنسان .	**34**
					اعتقد أن الإيمان بالقضاء والقدر يشعرني بعدم القلق من المستقبل.	**35**
					ارغب بمتابعة الأبراج وقراءة المستقبل بشكل يومي	**36**
					توكلي على الله يقلل من قلق المستقبل لدي	**37**
					أؤمن بأن في الغيب شيء يستحق الصبر	**38**
					أؤمن بأن مع العسر يسرا	**39**

الملحق (ج)

الرتب المئينية والعلامات المعيارية الزائية والتائية لدرجات كل بعد من أبعاد المقياس، ولدرجات المقياس ككل.

الرتب المئينية والعلامات المعيارية لمقياس قلق المستقبل ككل

الدرجة الخام	الرتبة المئينية	الدرجة الزائية	الدرجة التائية
58	.14	-3.62	13.7
62	.35	-3.38	16.1
66	.63	-3.13	18.6
67	.98	-3.07	19.2
70	1.2	-2.89	21.0
73	1.4	-2.71	22.8
75	1.6	-2.58	24.1
77	2.0	-2.46	25.3
78	2.5	-2.40	25.9
79	2.8	-2.3	26.5
81	2.9	-2.22	27.7
82	3.1	-2.16	28.3
83	3.3	-2.10	28.9
84	3.5	-2.04	29.5
85	3.7	-1.98	30.2
86	3.9	-1.91	30.8
87	4.0	-1.85	31.4
88	4.2	-1.79	32.0
89	4.5	-1.73	32.6
91	5.3	-1.61	33.8
92	6.3	-1.55	34.4
93	7.0	-1.49	35.0
94	7.5	-1.43	35.6
95	7.9	-1.37	36.2
96	8.8	-1.31	36.8
97	10.2	-1.24	37.5
98	11.2	-1.18	38.1
99	11.9	-1.12	38.7
100	13.1	-1.06	39.3
101	14.4	-1.01	39.9
102	15.4	-.94	40.5
103	16.8	-.88	41.1
104	18.5	-.82	41.7
105	20.2	-.76	42.3
106	22.4	-.70	42.9
107	24.5	-.64	43.5
108	26.5	-.58	44.2
109	28.9	-.59	44.8
110	31.6	-.46	45.4
111	34.8	-.39	46.0
112	38.0	-.33	46.6

47.2	-.27	40.4	113
47.8	-.21	41.9	114
48.4	-.15	44.3	115
49.1	-.09	46.9	116
49.6	-.03	48.5	117
50.2	.029	49.7	118
50.9	.09	51.4	119
51.5	.15	53.0	120
52.1	.21	54.1	121
52.7	.27	55.3	122
53.3	.33	57.0	123
53.9	.39	59.5	124
54.5	.45	61.6	125
55.1	.51	63.1	126
55.7	.57	65.5	127
56.3	.63	68.8	128
56.9	.69	72.4	129
57.6	.75	75.5	130
58.2	.82	78.5	131
58.8	.88	81.5	132
59.4	.94	83.4	133
60.0	1.00	85.5	134
60.6	1.06	87.4	135
61.2	1.12	88.8	136
61.8	1.18	90.0	137
62.4	1.24	91.5	138
63.1	1.30	93.0	139
63.7	1.36	94.4	140
64.3	1.42	95.3	141
64.9	1.49	95.9	142
65.5	1.55	96.3	143
66.1	1.61	96.9	144
66.7	1.67	97.5	145
67.3	1.73	97.9	146
67.9	1.79	98.3	147
69.2	1.91	98.8	149
69.8	1.97	99.1	150
70.4	2.03	99.4	151
71.6	2.16	99.5	153
72.2	2.22	99.7	154
72.8	2.28	99.9	155

الرتب المئينية والعلامات المعيارية للبعد النفسي في مقياس قلق المستقبل

الدرجة الخام	الرتبة المئينية	الدرجة الزائية	الدرجة التائية
8	2.7	-1.97	30.2
10	5.4	-1.68	33.1
12	6.5	-1.39	36.0
13	7.9	-1.24	37.5
14	8.8	-1.09	39.0
15	11.1	-.951	40.4
16	18.2	-.804	41.9
17	26.3	-.658	43.4
18	31.2	-.511	44.8
19	36.4	-.365	46.3
20	43.4	-.218	47.8
21	51.9	-.072	49.2
22	59.5	.074	50.7
23	64.7	.221	52.2
24	70.5	.367	53.6
25	76.7	.514	55.1
26	80.2	.661	56.6
27	82.0	.807	58.0
28	82.7	.953	59.5
29	83.4	1.10	61.0
30	85.9	1.24	62.4
31	88.5	1.39	63.9
32	92.2	1.54	65.4
33	96.0	1.68	66.8
34	96.5	1.83	68.3
36	96.7	2.12	71.2
39	96.9	2.56	75.6
40	98.5	2.71	77.1

الرتب المئينية والعلامات المعيارية للبعد الاجتماعي في مقياس قلق المستقبل

الدرجة الخام	الرتب المئينية	الدرجة الزائية	الدرجة التائية
6	2.45	-2.26	27.3
7	5.04	-2.09	29.1
8	5.53	-1.92	30.7
9	6.02	-1.75	32.5
10	6.58	-1.57	34.2
11	7.70	-1.40	35.9
12	13.2	-1.23	37.6
13	18.7	-1.06	39.3
14	20.4	- 0.882	41.1
15	22.8	- 0.717	42.8
16	25.8	- 0.544	44.5
17	29.7	- 0.372	46.2
18	38.4	- 0.210	47.9
19	47.2	- 0.028	49.7
20	53.5	0.143	51.4
21	59.5	0.315	53.1
22	64.7	0.488	54.8
23	70.3	0.660	56.6
24	79.2	0.832	58.3
25	87.1	1.00	61.0
26	90.4	1.17	61.7
28	94.4	1.52	65.2
29	95.2	1.69	66.9
30	97.7	1.86	68.6

الرتب المئينية والعلامات المعيارية للبعد البيئي في مقياس قلق المستقبل

الدرجة الخام	الرتبة المئينية	الدرجة الزائية	الدرجة التائية
12	.98	-1.69	33.0
13	4.20	-1.50	34.9
14	9.38	-1.31	36.8
15	14.7	-1.12	38.7
16	22.2	-.935	40.6
17	29.6	-.744	42.5
18	36.8	-.554	44.4
19	43.7	-.363	46.3
20	47.6	-.173	48.2
21	50.9	.016	50.1
22	54.3	.207	52.1
23	58.0	.397	53.9
24	69.6	.587	55.8
25	79.6	.778	57.7
26	82.0	.968	59.6
27	85.4	1.15	61.5
29	88.6	1.53	65.4
30	94.5	1.73	67.3

الرتب المئينية والعلامات المعيارية للبعد الاقتصادي في مقياس قلق المستقبل

الدرجة الخام	الرتبة المئينية	الدرجة الزائية	الدرجة التائية
6	1.26	-2.64	23.5
8	2.52	-2.29	27.0
9	2.73	-2.12	28.7
10	3.22	-1.94	30.5
11	4.06	-1.77	32.2
12	6.37	-1.59	34.0
13	9.45	-1.42	35.7
14	12.1	-1.24	37.5
15	14.4	-1.07	39.2
16	16.4	-.894	41.0
17	20.8	-.723	42.7
18	29.3	-.548	44.5
19	36.8	-.373	46.2
20	41.8	-.198	48.0
21	47.2	-.023	49.7
22	53.2	.151	51.5
23	58.3	.326	53.2
24	67.1	.501	55.0
25	76.5	.676	56.7
26	80.4	.851	58.5
27	83.6	1.02	60.2
28	86.2	1.20	62.0
29	87.6	1.37	63.7
30	94.1	1.55	65.5

الرتب المئينية والعلامات المعيارية للبعد الإعلامي في مقياس قلق المستقبل

الدرجة الخام	الرتبة المئينية	الدرجة الزائية	الدرجة التائية
7	1.54	-2.51	24.8
8	3.08	-2.36	26.4
9	3.29	-2.20	27.9
10	3.78	-2.04	29.5
11	4.62	-1.89	31.1
12	5.18	-1.73	32.6
13	5.67	-1.57	34.2
14	8.19	-1.42	35.7
15	11.1	-1.26	37.3
16	13.7	-1.11	38.9
17	16.5	-.951	40.4
18	19.1	-.795	42.1
19	23.3	-.638	43.6
20	28.2	-.482	45.1
21	35.9	-.325	46.7
22	43.6	-.169	48.3
23	49.3	-.012	49.8
24	55.3	.143	51.4
25	60.3	.300	53.0
26	65.9	.456	54.5
27	71.1	.612	56.1
28	78.1	.769	57.6
29	84.5	.925	59.2
30	86.4	1.08	60.8
31	88.9	1.23	62.3
32	91.5	1.39	63.9
33	93.1	1.55	65.5
34	94.6	1.70	67.1
35	97.6	1.86	68.6

الرتب المئينية والعلامات المعيارية للبعد الديني في مقياس قلق المستقبل

الدرجة الخام	الرتبة المئينية	الدرجة الزائية	الدرجة التائية
6	10.5	-1.20	37.9
7	22.6	-1.04	39.5
8	28.1	-.87	41.2
9	33.5	-.714	42.8
10	38.7	-.549	44.5
11	43.8	-.385	46.1
12	48.3	-.220	47.7
13	52.8	-.056	49.4
14	56.4	.108	51.1
15	59.8	.273	52.7
16	63.1	.437	54.3
17	66.5	.602	56.0
18	70.9	.767	57.6
19	76.2	.931	59.3
20	80.8	1.09	60.9
21	85.3	1.26	62.6
22	89.7	1.42	64.2
23	94.3	1.59	65.9
24	97.4	1.75	67.5
25	98.9	1.91	69.2
26	99.7	2.08	70.8
28	99.8	2.41	74.1
29	100	2.57	75.7

الملحق (د)

قائمة بأسماء المحكمين

قائمة باسماء محكمي المقياس

التخصص	اسم المحكم	الرقم
علم النفس	أ.د. عماد الزغول	1
علم النفس	أ.د. محمد الشقيرات	2
علم النفس	أ.د. فؤاد الطلافحة	3
الفقه واصوله	أ.د عبدا الفواز	4
علم الاجتماع	أ.د فايز المجالي	5
اصول الدين	د. طالب الصرايرة	6
قياس وتقويم	د. نبيل النجار	7
قياس وتقويم	د. راجي الصرايرة	8
قياس وتقويم	د. صبري الطراونة	9
علم النفس	د. موفق بشارة	10
علم النفس	د. احمد الطراونة	11
جغرافيا	د. محمد القرالة	12
دراسات سكانية	د. احمد الخوالدة	13
اقتصاد قياسي ومالي	د. حسن العمرو	14
ادارة تربوية	د. نائل الرشايدة	15